

تأثیر آموزش توانش حل مسأله در رضایت زناشویی مادران دارای فرزند دختر نارسای تحولی عقلی خفیف

The effects of problem solving training on marital satisfaction in families with mentally retarded children

N. Abazari Enghani, M.A.

نصیبه اباذری *

D. Taghvaei, Ph.D.

دکتر داود تقوایی **

چکیده

سلامت روانی والدین کودکانی که نارسایی تحولی عقلی خفیف دارند همواره منظور نظر پژوهشگران فعال در حیطه کودکان استثنایی بوده است. پژوهش حاضر با هدف بررسی تأثیر آموزش توانش حل مسأله بر رضایت زناشویی (مشمول بر مؤلفه‌های «موضوعات شخصیتی»، «حل تعارض» و «فعالیت‌های اوقات فراغت») مادران دارای فرزند دختر نارسای تحولی عقلی خفیف شهر اراک در سال تحصیلی ۹۱ انجام گرفت. جامعه آماری شامل کلیه مادران دارای فرزند دختر نارسای تحولی عقلی خفیف زیر نظر آموزش و پرورش در سال ۱۳۹۱ با حجم ۸۱ نفر بودند. حجم نمونه شامل ۳۰ نفر از مادران این کودکان بود. این افراد به صورت داوطلبانه برای همکاری شرکت کردند و به صورت تصادفی ساده، ۱۵ نفر به عنوان گروه آزمایش، و ۱۵ نفر به عنوان گروه گواه انتخاب شدند. یک پیش‌آزمون با استفاده از «پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ» از هر دو گروه گرفته شد، سپس به گروه آزمایش طی ۵ جلسه (هر جلسه، ۹۰ دقیقه)

*. کارشناس ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد اراک

** استاد دانشگاه آزاد اسلامی واحد اراک

تأثیر آموزش توانش حل مسأله در رضایت زناشویی مادران دارای فرزند دختر نارسای تحولی عقلی خفیف

توانش حل مسأله آموزش داده شد، در حالی که به گروه گواه آموزشی داده نشد. پس از پایان دوره آموزش، از هر دو گروه مجدداً «پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ» (پس آزمون) به عمل آمد. یافته‌های پژوهش نشان داد که آموزش توانش حل مسأله تأثیر معناداری بر مؤلفه‌های «موضوعات شخصیتی»، «حل تعارض»، و «فعالیت‌های اوقات فراغت» این مادران داشته است.

واژه-کلیدها: آموزش توانش حل مسأله، رضایت زناشویی، کودک عقب مانده ذهنی.

Abstract

The mental health of families with mentally retarded children has always been researched by various researchers of this field. The purpose of this study was to determine the effect of problem solving skills training on marital satisfaction (include "personality issues", "conflict resolution", and "leisure activities") in families with educable mentally retarded children in Arak city. Statistical population of this research consisted of mothers with educable mentally retarded children (81 mothers). The sample was 30 mothers that were selected randomly out of 81 people. These mothers were randomly assigned into experimental and control groups. Participants were asked to complete the marital satisfaction questionnaire (ENRICH). experimental group participated in 5 sessions (1 session a week). Each session lasted for 90 minutes. Unisef problem solving skills training was employed on experimental group as independent variable. Covariance analysis showed that there is a significant difference between mean scores of experimental and control groups ($p < 0/001$). The results showed that "personality issues", "conflict resolution", and "leisure activities" of mothers with educable mentally retarded children could be influenced by problem solving training.

Keywords: problem solving training, marital satisfaction, educable mentally retarded.

Contact Information: Hassanshahi84@Gmail.com

مقدمه

در میان تمامی نهادهای اجتماعی، خانواده ارزشمندترین تأثیرات را دارد. خانواده فراگیرترین واحد اجتماعی است و بهنجاری و نابهنجاری جامعه در گرو شرایط عمومی خانواده

تأثیر آموزش توانش حل مسأله در رضایت زناشویی مادران دارای فرزند دختر نارسای تحولی عقلی خفیف

است، و هیچ یک از آسیب‌های اجتماعی فارغ از تأثیر خانواده نیست (نوابی‌نژاد، ۱۳۸۶). امروزه یکی از مهمترین زمینه‌های مطرح شده در حیطه روانشناسی کودکان عقب مانده ذهنی، مسائل مربوط به والدین و خانواده‌های این کودکان است. خانواده کودکان عقب مانده ذهنی از یک طرف می‌بایست داشتن کودک غیرعادی را تحمل نماید و از طرف دیگر نحوه پذیرش و مراقبت‌های روزانه از این کودک را بر عهده گیرند. این امر خود می‌تواند مشکلات عدیده‌ای را برای والدین این کودکان به وجود آورد. میزان تنیدگی والدین با میزان شدت ناتوانایی کودک و مشکل رفتاری همراه ارتباط دارد. مادران کودکان دارای مشکل نسبت به پدران، تنیدگی بیشتری گزارش کرده‌اند. دلیل احتمالی این امر این است که مادران با مشکلات کودک بیشتر درگیر بوده و تحت فشارهای بیشتری قرار می‌گیرد (هاستینگز، ۲۰۰۳). اما همیشه افراد در زندگی روزمره خود با مشکلاتی متفاوتی مواجه می‌شوند، و حل مسائلی که این خانواده‌ها به دلیل داشتن کودکان عقب مانده ذهنی با آنها مواجه هستند برای ادامه زندگی یک امر ضروری می‌باشد. هر مسأله به‌عنوان یک نتیجه نامشخص از یک موقعیت نامشخص تعریف می‌شود که نیاز به این دارد که بر آن غلبه شود. موقعیتی که دارای یک مشکل باشد، موانعی را برای انسان به وجود می‌آورد، و انسان را برای پیدا کردن راه حلی برای آن مشکل به تلاش وا می‌دارد. شخصی که تا به حال با چنین موقعیتی روبه‌رو نشده است باید برای حل این مشکل تلاش کند. حل مسأله در هر سطحی، ضروری می‌باشد (کراسل، آیدن و تزر، ۲۰۱۰).

از آنجا که خانواده یکی از ارکان اساسی و مهم جامعه به‌شمار می‌رود، و دست یابی به جامعه سالم در گرو سلامت و رضایتمندی اعضای خانواده می‌باشد، و تحقق خانواده سالم مشروط به برخورداری افراد آن از سلامت روانی و داشتن رابطه‌های مطلوب به حل مسأله از ضرورت‌های خانواده سالم به‌شمار می‌رود، لذا توجه به رضایتمندی طرفین از رابطه زناشویی مشترک (رضایت زناشویی) حائز اهمیت فراوان است. «رضایت زناشویی»^۱ پیوندی دوستانه همراه با تفاهم و درک یکدیگر و تعاملی منطقی میان نیازهای مادی و معنوی همسران است. رضایت زناشویی بنیادی‌ترین ستون سلامت روانی افراد در خانواده است که از عامل‌های گوناگونی مانند وضع مالی، سن ازدواج، وضعیت اشتغال و ... اثر می‌پذیرد (سینها و مکرچی، ۲۰۰۰). رضایت زناشویی یک حالت روحی است که مزایا و هزینه‌های ادراک شده فرد را از

تأثیر آموزش توانش حل مسأله در رضایت زناشویی مادران دارای فرزند دختر نارسای تحولی عقلی خفیف

ازدواج با یک شخص خاص منعکس می‌کند. جامع‌ترین دیدگاه در زمینه رضایت زناشویی و عوامل تشکیل‌دهنده آن توسط اولسون^۳ (اولسون، ۲۰۰۰) ارائه شده است. در این چهارچوب، رضایت زناشویی دارای عوامل تشکیل‌دهنده زیر است: (۱) موضوعات شخصیتی^۴ (درک شخص از رفتارها و ویژگی‌ها و سطح رضایت یا عدم رضایت او از این موضوعات). (۲) ارتباط زناشویی^۵ (احساسات، اعتقادات و بازخوردهای شخص نسبت به میزان و چگونگی روابط زناشویی). (۳) حل تعارض^۶: (بازخوردها، احساسات و اعتقادات همسر در به وجود آوردن یا حل تعارض و نیز روشهای زوجین در پایان دادن به جر و بحث‌ها). (۴) مدیریت مالی^۷ (علاقه و بازخوردهای زن و شوهر در زمینه شیوه اداره و مدیریت مسایل اقتصادی خانواده). (۵) فعالیت‌های مربوط به اوقات فراغت^۸ (ترجیحات شخصی هر کدام از زوجین، برای چگونگی گذراندن اوقات فراغت). (۶) روابط جنسی^۹ (احساسات و نگرانی‌های فرد را درباره روابط جنسی و صمیمیت عاطفی با همسر). (۷) ازدواج و فرزندان^{۱۰} (بازخوردها و احساسات شخصی درباره داشتن فرزند، توافق در مورد تعداد و نحوه تربیت فرزندان). (۸) خانواده و دوستان^{۱۱} (احساسات و علاقه مربوط به روابط با خویشاوندان و اقوام همسر و دوستان). (۹) جهت‌گیری عقیدتی^{۱۲} (بازخوردها، احساسات و علاقه فرد را درباره اعتقادات اعمال مذهبی) (ثنایی، ۱۳۷۹).

در زندگی مشترک بسیاری مواقع پیش می‌آید که مسأله‌ای حاد بروز می‌کند. یکی از مهمترین موقعیت‌های تعارض آور برای زوجین، تولد فرزند نارسای تحولی عقلی خفیف است. در واقع، تولد یک فرزند نارسای تحولی عقلی خفیف می‌تواند بار تعارضی سنگینی را بر زوجین وارد سازد که با توجه به الگوی اولسون (۲۰۰۰)، حتماً بر میزان رضایت زناشویی طرفین رابطه، تأثیر خواهد گذاشت. اگر زوجین یا حتی یکی از آنها سعی بر آن داشته باشد که به راه حل‌های غیرواقعی‌بینانه متوسل شود، نه تنها مسأله موجود حل نمی‌شود، بلکه در مواقعی نیز مشکلاتی هم به آن اضافه می‌شود. برای تداوم زندگی مشترک لازم است که بدانند زمانی که با مسأله‌ای روبه‌رو می‌شوند، بهترین و اصولی‌ترین اقدامی که می‌توان انجام داد کدام است، که با آموزش این توانش می‌توان به این هدف نائل شد (موتابی و نوری، ۱۳۸۵).

حل مسأله^{۱۳} یا مسأله‌گشایی فرآیندی است شناختی، که به وسیله آن فرد می‌کوشد راه حل

تأثیر آموزش توانش حل مسأله در رضایت زناشویی مادران دارای فرزند دختر نارسای تحولی عقلی خفیف

مناسی برای یک مشکل پیدا کند (پرلا و ادونل، ۲۰۰۴). در نظر بسیاری از مردم، حل مسأله عالی ترین 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 (سلکووک، کالیسکان، و ارول، ۲۰۰۷). این نظام‌های آموزشی به افراد کمک می‌کند تا دانش، توانش و نگرش لازم برای غلبه بر مشکلاتشان را کسب کنند (آلتن، ۲۰۰۳). حل مسأله 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 گفتگو خواهد بود (شعبانی و مهرمحمدی، ۱۳۷۹). در رویکرد مسأله‌گشایی، آموزش با تمرکز بر اهداف زمان حال آغاز می‌شود. هم‌چنین در این رویکرد به افراد آموزش داده می‌شود تا از روشی منظم برای غلبه بر مسائل خود استفاده کنند. این رویکرد روشی را در اختیار افراد می‌گذارد تا با مسائل در آینده به نحو مناسبی مواجه شوند و احساس کنترل بیشتری بر مسائل داشته باشند. افراد با استفاده از این رویکرد منابعی را که برای برخورد با مشکلات در اختیار دارند، تشخیص می‌دهند. هم‌چنین این رویکرد برای مقابله با معلولیت‌های ناشی از بیماری‌های جسمی و روانی به کار می‌رود (هاوتون و سالکوس کیس، ۱۳۸۵).

حل مسأله در اواخر دهه ۱۹۶۰ و اوایل دهه ۱۹۷۰ به مثابه بخشی از جنبش شناختی- رفتاری برای اصلاح رفتار آغاز شد. پایه‌گذاران این شیوه دزوریل و گلدفرید^۴، طی مقاله‌ای در همایش انجمن روانشناسی آمریکا در ۱۹۶۸، بر لزوم آموزش توانش حل مسأله در برنامه آموزش مهارت‌های اجتماعی تأکید کرده‌اند. از آن هنگام تا کنون این شیوه در طیف وسیعی از موقعیت‌های بالینی مشاوره و روان‌درمانی به کار رفت و نتایج مثبتی از آن گزارش شد (نزو و دزوریل، ۲۰۰۱). مسأله‌گشایان موفق می‌توانند بر موقعیت‌های پیش‌بینی نشده غلبه کنند و نیاز به اتکا به دیگران ندارند. رویکرد مسأله‌گشایی ساختارمند است و در جلسات درمانی آغازین، میانی و پایانی تکالیفی روشن و واضح به شرکت‌کنندگان داده می‌شود. هم‌چنین نیازمند مشارکت فعال شرکت‌کنندگان و فرد آموزش‌دهنده است (هاوتون و همکاران، ۲۰۰۱). کسب

تأثیر آموزش توانش حل مسأله در رضایت زناشویی مادران دارای فرزند دختر نارسای تحولی عقلی خفیف

مهارت‌های حل مسأله عنصر لازم برای به دست آوردن شغل برای افراد، افزایش توان مواجهه با معضلات فردی و اجتماعی (محمودی‌راد، ۱۳۸۱)، افزایش سطح سلامت روان شناختی (باباپور و همکاران، ۱۳۸۲) و افزایش احتمال استفاده از شیوه‌های مقابله‌ای مؤثر (کهرازی، آزاد فلاح و اللهپاری، ۱۳۸۲) است. در اغلب مواقع، رویکرد حل مسأله به مثابه جزئی از یک برنامه آموزشی به کار گرفته شده است مانند وایت (۲۰۰۳)، اما در پژوهش حاضر، پژوهشگر این رویکرد را به صورت مستقل به کار برده است. بر اساس پژوهش‌های انجام گرفته تصور محقق بر این است که این پژوهش نخستین ارزیابی از اثربخشی این تکنیک بر فرآیندهای خودنظم‌جویی و سبک زندگی در جامعه ایرانی است. فرض پژوهش این است که آموزش مهارت‌های حل مسأله می‌تواند فرآیندهای خودنظم‌جویی و مؤلفه‌های سبک زندگی را ارتقاء بخشد. در مجموع، هدف این پژوهش عبارت است از بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های حل مسأله (الگوی دزوریلا و گلدفرید، ۱۹۶۸) بر سه عنصر تشکیل‌دهنده رضایت زناشویی («موضوعات شخصیتی»، «حل تعارض» و «فعالیت‌های اوقات فراغت») (الگوی اولسون، ۲۰۰۰).

فرضیه‌های پژوهش

- ۱- آموزش «توانش حل مسأله» بر «مسائل شخصیتی» مادران مؤثر می‌باشد.
- ۲- آموزش «توانش حل مسأله» بر «حل تعارض» مادران مؤثر می‌باشد.
- ۳- آموزش «توانش حل مسأله» بر «اوقات فراغت» مادران مؤثر می‌باشد.

تعاریف مفهومی و عملی متغیرها

۱- آموزش حل مسأله: حل مسأله به فرآیند شناختی- رفتاری- ابتکاری فرد اطلاق می‌شود که بوسیله آن فرد راهبردهای مؤثر سازگارانه کنار آمدن برای مشکلات روزمره را تعیین، کشف یا ابداع کند (دی زوریلا و شیدی، ۱۹۹۲).

در این پژوهش، برای آموزش توانش حل مسأله، از الگوی دزوریلا و گلدفرید (۱۹۶۸)

استفاده می‌شود.

تأثیر آموزش توانش حل مسأله در رضایت زناشویی مادران دارای فرزند دختر نارسای تحولی عقلی خفیف

۲- **رضایت زناشویی:** عبارت است از احساسات عینی از خشنودی، رضایت و لذت تجربه شده توسط زن یا شوهر موقعی که همه جنبه‌های ازدواجشان را در نظر می‌گیرند (اولسون، ۲۰۰۰).

منظور از رضایت زناشویی، نمره‌ای است که فرد در پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ (اولسون، ۲۰۰۰) به دست می‌آورد.

روش

طرح پژوهش: در این پژوهش با توجه به وجود دو گروه آزمایشی و گواه، واگذاری تصادفی شرکت‌کننده‌ها به گروه‌های آزمایشی و گواه، اجرای پیش‌آزمون بر روی هر دو گروه، کاربندی مداخلات آموزشی بر روی گروه آزمایشی و در نهایت اجرای پس‌آزمون بر روی هر دو گروه آزمایشی و گواه از طرح تجربی حقیقی، پیش‌آزمون- پس‌آزمون با گروه گواه، استفاده شده است. طرح پیش‌آزمون- پس‌آزمون با گروه گواه که یکی از بهترین طرح‌ها از لحاظ «درستی آزمایی درونی» است، اکثر عامل‌های مزاحم «روایی درونی» را کنترل می‌کند (هومن، ۱۳۸۶). صورت نمادین آن بدین صورت است:

| | | | | |
|---|---|----------------|---|----------------|
| E | R | T _۱ | X | T _۲ |
| C | R | T _۲ | - | T _۲ |

جامعه آماری، گروه نمونه و روش نمونه‌گیری: جامعه آماری پژوهش شامل کلیه مادران دارای فرزند دختر نارسای تحولی عقلی زیر نظر آموزش و پرورش شهر اراک در سال ۹۰-۹۱ با حجم ۸۱ نفر بودند. از این جامعه آماری تعداد ۳۰ نفر به صورت داوطلبانه انتخاب و سپس با گمارش تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه قرار گرفتند. در این پژوهش به دلیل کم بودن جامعه آماری از «نمونه‌گیری در دسترس» استفاده شده است. ابتدا از ۳۰ نفر از مادران این کودکان خواسته شد که به صورت داوطلبانه برای همکاری شرکت کنند و پس از مشخص شدن حجم نمونه به صورت «تصادفی ساده» ۱۵ نفر به عنوان گروه آزمایش و ۱۵ نفر به عنوان

تأثیر آموزش توانش حل مسأله در رضایت زناشویی مادران دارای فرزند دختر نارسای تحولی عقلی خفیف

گروه گواه انتخاب شدند.

ابزار پژوهش:

پرسشنامه رضایت زناشویی اینریچ^{۱۵}. توسط اولسون (۲۰۰۰) ارائه شده است. فرم اصلی این پرسشنامه دارای ۱۱۵ سؤال بسته پاسخ و ۱۲ خرده مقیاس است. فرم کوتاه این پرسشنامه دارای ۴۷ سؤال و ۹ خرده مقیاس است که عبارتند از: موضوعات شخصیتی، ارتباط زناشویی، حل تعارض، مدیریت مالی، فعالیت‌های مربوط به اوقات فراغت، روابط جنسی، ازدواج و فرزندان، خانواده و دوستان، و جهت‌گیری مذهبی. این پرسشنامه شامل عبارت‌هایی درباره جنبه‌های مختلف زندگی زناشویی فرد است که ممکن است با آن موافق یا مخالف باشد. در اصل پرسشنامه یک نوع بازخوردسنج از نوع لیکرت است. ضریب همبستگی پرسشنامه اینریچ با مؤلفه‌های رضایت خانوادگی از ۴۱٪ تا ۶۰٪ و با مؤلفه‌های رضایت از زندگی ۳۲٪ تا ۴۱٪ است که نشانه «درستی‌آزمایی سازه» آن است. کلیه خرده مقیاس‌های این پرسشنامه زوج‌های ناراضی و راضی را متمایز می‌کند و این نشان می‌دهد که پرسشنامه از «درستی‌آزمایی ملاک» خوبی برخوردار است (ثنایی، ۱۳۷۹).

شیوه اجرای پژوهش: پس از اینکه نمونه به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه جایگزین شدند، برای هر دو گروه پیش‌آزمون رضایت زناشویی اجرا شد. سپس جلسات آموزشی توانش حل مسأله، برای گروه آزمایش طی ۴ جلسه و هر جلسه ۹۰ دقیقه، به شرح جلسه اول؛ آشنایی اعضای جلسه با هم و آشنایی با نحوه انجام کار، جلسه دوم؛ پذیرش موقعیت و تعریف مشکل، جلسه سوم؛ بارش فکری، جلسه چهارم؛ اجرا و بازبینی راه‌حل‌ها، به مدت یک ماه با استفاده از فنون شناختی- رفتاری، در چهارچوب مشخص آموزش داده شد. پس از اتمام جلسات آموزشی و اجرای پس‌آزمون میزان تأثیر آموزش توانش حل مسأله بر سه مؤلفه رضایت زناشویی مادران دارای فرزند نارسای تحولی عقلی تعیین گردید.

تأثیر آموزش توانش حل مسأله در رضایت زناشویی مادران دارای فرزند دختر نارسای تحولی عقلی خفیف

جدول ۱: مراحل پنجگانه آموزش مهارت‌های حل مسأله

| جلسات | عنوان جلسات | شرح مختصر |
|-------|--------------------------------------|--|
| اول | اجرای پیش آزمون آشنایی اعضای جلسه | اجرای پرسشنامه رضایت زناشویی و توضیح توانش حل مسأله و کاربرد آن در زندگی و ارائه تکلیف در طول هفته در قالب سؤال. |
| دوم | پذیرش موقعیت تعریف مشکل | افراد یاد می‌گیرند که مشکلات خود را پذیرفته و از زیر آنها شانه خالی نکنند. یعنی به خود آگاهی برسند. و مشکل را به صورت روشن یا مبهم بررسی کنند و یاد می‌گیرند نقش خودشان را در مشکل تعیین کنند. |
| سوم | بارش فکری | هدف این مرحله فقط دستیابی به راه حل‌ها و گزینه‌های انتخابی زیاده‌تری برای حل مشکل است. یعنی کمیت راه حل‌ها و تصمیم‌ها مورد نظر است نه کیفیت آنها. |
| چهارم | اجرا و بازیابی راه حل‌ها | در این جلسه طرح ریزی برای اجرای بهترین راه حل و چگونگی اجرای راه حل انتخاب شده، و ارزیابی نتایج اجرای راه حل به آزمودنی‌ها آموزش داده شد. |
| پنجم | مرور تکنیک‌ها اجرای پس آزمون | در این جلسه در مورد تأثیر تکنیک‌های ارائه شده برای حل مشکلات و اثربخشی این آموزش در طول این جلسات بحث شده و سپس پس آزمون اجرا می‌گردد. |

شیوه تحلیل داده‌ها: با استفاده از نرم‌افزار SPSS۱۶ و روش آماری تحلیل کوواریانس، اطلاعات مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. در این تحلیل متغیرهای جمعیت‌شناختی (سطح تحصیلات مادر) و پیش‌آزمون (مقدار اولیه عملکرد خانواده) با روش آماری مورد کنترل قرار گرفتند.

داده‌ها و یافته‌ها

شاخص توصیفی (میانگین و انحراف استاندارد) دو گروه آزمایش و گواه در پیش‌آزمون و پس‌آزمون در جدول شماره (۲) گزارش شده است.

جدول ۲: میانگین و انحراف استاندارد دو گروه آزمایش و گواه در پیش‌آزمون و پس‌آزمون

| گروه گواه | | گروه آزمایش | | | | متغیرها | | |
|-----------|------|-------------|------|----------|-------|---------|-----------|----------------|
| پس‌آزمون | | پیش‌آزمون | | پس‌آزمون | | | پیش‌آزمون | |
| S | M | S | M | S | M | | S | M |
| ۶/۲ | ۱۸/۶ | ۴/۸ | ۱۹/۸ | ۳/۰۱ | ۲۲/۰۶ | ۵/۱۴ | ۱۹/۸ | موضوعات شخصیتی |
| ۴/۶ | ۱۵/۸ | ۴/۵ | ۱۶/۸ | ۲/۶ | ۱۸/۹۳ | ۴/۷ | ۱۴/۸ | حل تعارض |
| ۵/۲ | ۱۵/۲ | ۴/۷ | ۱۷/۶ | ۳/۱۳ | ۱۹/۶ | ۴/۶ | ۱۶/۲ | اوقات فراغت |

تأثیر آموزش توانش حل مسأله در رضایت زناشویی مادران دارای فرزند دختر نارسای تحولی عقلی خفیف

به منظور بررسی معناداری تفاوت میانگین‌ها در پس‌آزمون، از آزمون کوواریانس استفاده شد. برای استفاده از تحلیل کوواریانس شرط است یک یا چند منبع بیگانه پراش با مقیاس حداقل فاصله‌ای و دارای ارتباط با متغیر وابسته وجود داشته باشد، که امکان کنترل تجربی مستقیم آنها وجود ندارد (پیش‌آزمون)، بنابراین پژوهش حاضر شرایط لازم برای استفاده از تحلیل کوواریانس (ANCOVA) را دارد. همچنین، لازم بود تا پیش‌فرض تساوی واریانس‌ها بررسی گردد. اساس این پیش‌فرض بر آن است که فرض شود واریانس نمرات دو گروه در جامعه با هم برابرند و از لحاظ آماری تفاوت معنی‌داری ندارند. برای آزمون این فرضیه از آزمون لوین استفاده می‌شود (مولوی، ۱۳۸۶).

نتایج آزمون لوین در مورد پیش‌فرض تساوی واریانس‌های دو گروه در جامعه در جدول شماره (۳) ارائه شده است، که بر اساس آن پیش‌فرض تساوی واریانس‌های دو گروه رد نمی‌شود.

جدول ۳: نتایج آزمون لوین در مورد پیش‌فرض تساوی واریانس‌های دو گروه در جامعه، با توجه به مقیاس موضوعات شخصیتی

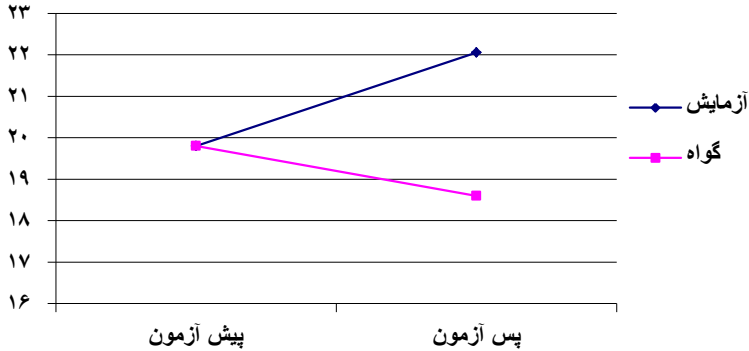
| مقیاس | درجه آزادی اول | درجه آزادی دوم | معنی داری |
|-------|----------------|----------------|-----------|
| ۰/۳۷ | ۱ | ۲۸ | ۰/۵۴ |

در جدول شماره (۴) نتایج تحلیل کوواریانس برای اثر آموزش توانش حل مسأله بر متغیر «موضوعات شخصیتی» با کنترل متغیر رضایت زناشویی پیش‌آزمون آورده شده است. همانگونه که در جدول مشاهده می‌گردد، با توجه به ضرایب F به دست آمده در سطوح معناداری، با حذف اثر نمره‌های «موضوعات شخصیتی» پیش‌آزمون به عنوان متغیر همپراش، اثر اصلی متغیر آموزش بر نمره‌های پس‌آزمون معنادار است.

جدول ۴: خلاصه تحلیل کوواریانس برای اثر آموزش توانش حل مسأله بر موضوعات شخصیتی

| منبع کنترل | SS | Df | MS | F | Sig | اِبتا |
|----------------|-------|----|-------|------|------|-------|
| پیش‌آزمون | ۲۰۵/۴ | ۱ | ۲۰۵/۴ | | | |
| عضویت گروهی | ۹۰ | ۱ | ۹۰ | ۵/۱۸ | ۰/۰۳ | ۰/۱۶ |
| خطای باقیمانده | ۴۶۹ | ۲۷ | ۱۷/۳۷ | | | |

تأثیر آموزش توانش حل مسأله در رضایت زناشویی مادران دارای فرزند دختر نارسای تحولی عقلی خفیف



نمودار ۱: مقایسه میانگین دو گروه آزمایش و گواه در پیش آزمون و پس آزمون در متغیر موضوعات شخصیتی

ملاحظه جدول شماره (۴) و نمودار شماره (۱) نشان می‌دهد که پس از کم کردن تفاوت میانگین‌ها در پیش آزمون، تفاوت بین میانگین‌های تعدیل شده دو گروه آزمایش و گواه از لحاظ آماری معنی‌دار است ($F=5/18, P>0/05$). بدین معنی که میانگین گروه گواه پس از کم کردن تفاوت اولیه آنها در پیش آزمون به‌طور معناداری کوچکتر از میانگین گروه آزمایش است که این امر نشان‌دهنده تأثیر آموزش توانش‌های حل مسأله در ارتقاء مثبت «موضوعات شخصیتی» است.

در مورد فرضیه دوم، نتایج آزمون لوین در مورد پیش فرض تساوی واریانس‌های دو گروه در جامعه در جدول شماره (۵) ارائه شده است، که پیش فرض تساوی واریانس‌های دو گروه رد نمی‌شود.

جدول ۵: نتایج آزمون لوین در مورد پیش فرض تساوی واریانس‌های دو گروه در جامعه، با توجه به مقیاس حل تعارض

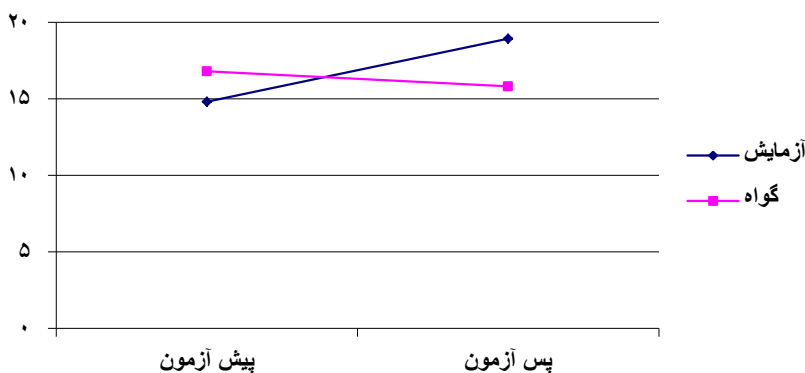
| مقیاس | درجه آزادی اول | درجه آزادی دوم | معنی داری |
|-------|----------------|----------------|-----------|
| ۱/۰۹ | ۱ | ۲۸ | ۰/۳۰ |

تأثیر آموزش توانش حل مسأله در رضایت زناشویی مادران دارای فرزند دختر نارسای تحولی عقلی خفیف

در جدول شماره (۶) نتایج تحلیل کوواریانس برای اثر آموزش توانش حل مسأله بر متغیر «حل تعارض» با کنترل متغیر رضایت زناشویی پیش آزمون آورده شده است. همانگونه که در جدول مشاهده می‌گردد، با توجه به ضرایب F به دست آمده در سطوح معناداری، با حذف اثر نمره های «حل تعارض» پیش آزمون به عنوان متغیر همپراش، اثر اصلی متغیر آموزش بر نمره های پس آزمون معنادار است.

جدول ۶: خلاصه تحلیل کوواریانس برای اثر آموزش توانش حل مسأله بر حل تعارض

| منبع کنترل | SS | Df | MS | F | Sig | ایتا |
|----------------|--------|----|--------|-------|-------|-------|
| پیش آزمون | ۲۱۳/۴ | ۱ | ۲۱۳/۴ | | | |
| عضویت گروهی | ۱۵۲/۴۹ | ۱ | ۱۵۲/۴۹ | ۱۴/۲۳ | ۰/۰۰۱ | ۰/۳۴۵ |
| خطای باقیمانده | ۲۸۹/۲۴ | ۲۷ | ۱۰/۷۱ | | | |



نمودار ۲: مقایسه میانگین دو گروه آزمایش و گواه در پیش آزمون و پس آزمون در متغیر حل تعارض

ملاحظه جدول شماره (۶) و نمودار شماره (۲) نشان می‌دهد که پس از کم کردن تفاوت میانگین‌ها در پیش آزمون، تفاوت بین میانگین‌های تعدیل شده دو گروه آزمایش و گواه از لحاظ آماری معنی دار است ($F=14/23$, $P>0/01$). بدین معنی که میانگین گروه گواه پس از

تأثیر آموزش توانش حل مسأله در رضایت زناشویی مادران دارای فرزند دختر نارسای تحولی عقلی خفیف

کم کردن تفاوت اولیه آنها در پیش آزمون به طور معناداری کوچکتر از میانگین گروه آزمایش است که این امر نشان دهنده تأثیر آموزش توانش های حل مسأله در بهبود «حل تعارض» است. در مورد فرضیه سوم، نتایج آزمون لوین در مورد پیش فرض تساوی واریانس های دو گروه در جامعه در جدول شماره (۷) ارائه شده است، که پیش فرض تساوی واریانس های دو گروه رد نمی شود.

جدول ۷: نتایج آزمون لوین در مورد پیش فرض تساوی واریانس های دو گروه در جامعه، با توجه به مقیاس اوقات فراغت

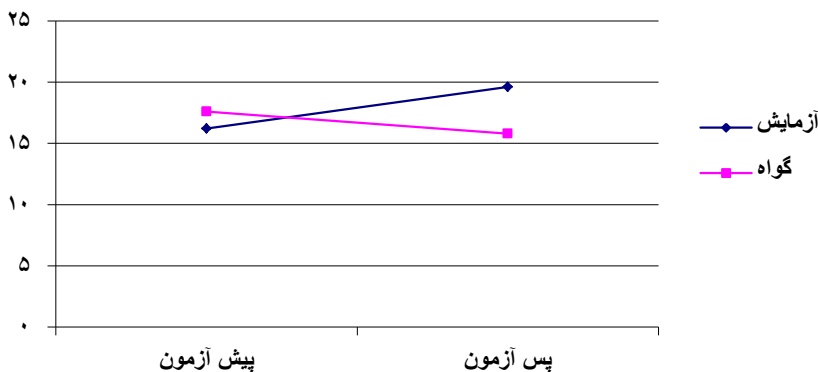
| مقیاس | درجه آزادی اول | درجه آزادی دوم | معنی داری |
|-------|----------------|----------------|-----------|
| ۵/۹ | ۱ | ۲۸ | ۰/۰۶ |

در جدول شماره (۸) نتایج تحلیل کوواریانس برای اثر آموزش توانش حل مسأله بر متغیر «اوقات فراغت» با کنترل متغیر رضایت زناشویی پیش آزمون آورده شده است. همانگونه که در جدول مشاهده می گردد، با توجه به ضرایب F به دست آمده در سطوح معناداری، با حذف اثر نمره های «اوقات فراغت» پیش آزمون به عنوان متغیر همپراش، اثر اصلی متغیر آموزش بر نمره های پس آزمون معنادار است.

جدول ۸: خلاصه تحلیل کوواریانس برای اثر آموزش توانش حل مسأله بر اوقات فراغت

| منبع کنترل | SS | Df | MS | F | Sig | پتا |
|----------------|--------|----|--------|-------|-------|------|
| پیش آزمون | ۲۵۱ | ۱ | ۲۵۱ | ۲۰/۴۵ | ۰/۰۰۱ | ۰/۴۳ |
| عضویت گروهی | ۱۹۹/۴۹ | ۱ | ۱۹۹/۴۹ | | | |
| خطای باقیمانده | ۲۶۳ | ۲۷ | ۹/۷ | | | |

تأثیر آموزش توانش حل مسأله در رضایت زناشویی مادران دارای فرزند دختر نارسای تحولی عقلی خفیف



نمودار ۳: مقایسه میانگین دو گروه آزمایش و گواه در پیش آزمون و پس آزمون در متغیر اوقات فراغت

ملاحظه جدول شماره (۸) و نمودار شماره (۳) نشان می‌دهد که پس از کم کردن تفاوت میانگین‌ها در پیش آزمون، تفاوت بین میانگین‌های تعدیل شده دو گروه آزمایش و کنترل از لحاظ آماری معنی‌دار است ($F=20/45$ ، $P>0/01$). بدین معنی که میانگین گروه کنترل پس از کم کردن تفاوت اولیه آنها در پیش آزمون به‌طور معناداری کوچکتر از میانگین گروه آزمایش است که این امر نشان‌دهنده تأثیر آموزش توانش‌های حل مسأله در بهبود «اوقات فراغت» است.

بحث و نتیجه‌گیری

به‌طور خلاصه این پژوهش یک پژوهش نیمه آزمایشی است که به بررسی اثربخشی آموزش توانش حل مسأله بر رضایت زناشویی مادران دارای فرزند دختر عقب مانده آموزش پذیر شهر اراک می‌پردازد. در این پژوهش ۳۰ نفر از مادران دارای کودک نارسای تحولی عقلی خفیف به‌صورت داوطلبانه انتخاب شدند و سپس به‌صورت تصادفی در دو گروه گواه و آزمایش قرار گرفتند. قبل از آموزش، ابتدا پیش آزمون و پس از آموزش توانش حل مسأله پس آزمون گرفته شد. پس از گردآوری اطلاعات برای آزمون فرضیه‌های پژوهش از آزمون تحلیل کوواریانس استفاده گردید.

تأثیر آموزش توانش حل مسأله در رضایت زناشویی مادران دارای فرزند دختر نارسای تحولی عقلی خفیف

عقب ماندگی ذهنی اغلب به طور قابل ملاحظه بار سنگینی بر روی خانواده‌ها می‌گذارد، که به طور خاص بر روی تعاملات هیجانی خانواده اثر می‌گذارد. همچنان که به وسیله تعدادی از نویسندگان بیان شده است (بارلو و همکاران، ۲۰۰۸)، سازگاری خانواده اغلب سخت و مشکل می‌شود. فرد بر روی خانواده تأثیر می‌گذارد و خانواده نیز بر روی فرد تأثیر می‌گذارد. رفتارها، خلق و خو، و ویژگی‌های جسمانی کودک، بر تعامل والدین - فرزند اثر می‌گذارد و در صورتی که این ویژگی‌ها با معیارهای والدین تفاوت زیادی داشته باشد، می‌تواند کودک را در معرض بدرفتاری قرار دهد (لام و همکاران، ۲۰۰۸). در مطالعه‌ای که به صورت طولی و با پیگیری ۲۰ ساله صورت گرفت، اختلافات و تعارضات خانوادگی از عوامل خطرزا برای اختلالات افسردگی در فرزندان و والدین غیرافسرده بوده است (پلوفسکی، ویکراماراتن، نامورا، و وایزمن، ۲۰۰۶). اداره کردن کودک عقب مانده ذهنی با این شرایط آشفته نه تنها بر روی خود کودک اثر می‌گذارد، بلکه بر روی خانواده نیز تأثیر گذار است. از آنجا که خانواده بهترین منبع رشد برای کودک می‌باشد، لذا حمایت خانواده و مطمئن بودن از بهداشت روانی و فیزیکی خانواده می‌تواند در کل عملکرد خانواده اثر زیادی داشته باشد (الیوت و همکاران، ۲۰۰۹). با در نظر گرفتن اینکه ناتوانی کودک می‌تواند موجب ناتوانی خانواده و به همین ترتیب ناتوانی خانواده می‌تواند در عملکرد خانواده نسبت به خود خانواده و از جمله کودک عقب مانده ذهنی اثر منفی داشته باشد، لذا لزوم آموزش به خانواده در جهت بهبود عملکرد آن اهمیت دارد. در این رابطه آموزش‌هایی برای بهبود شرایط عملکرد خانواده وجود دارد که از آن جمله می‌توان به «آموزش توانش حل مسأله» اشاره نمود. اصلاح مهارت‌های زندگی، مجموعه‌ای از توانایی‌های روانی اجتماعی می‌باشد که افراد را قادر می‌سازد تا به طور مؤثر با مقتضیات و چالش‌های زندگی مقابله کنند (عبدالله‌زاده، ۱۳۸۵). پژوهش حاضر نیز در همین راستا به انجام رسیده است.

فرض اول این پژوهش نشانگر تأثیر آموزش مهارت‌های حل مسأله بر مقیاس «موضوعات شخصیتی» مادران دارای کودک دختر عقب مانده ذهنی می‌باشد. نتیجه حاکی از آن بود که آموزش موجب بهبود «موضوعات شخصیتی» مادران در گروه آزمایشی می‌شود. بنابراین، فرض اول با احتمال ($P < 0/01$) تأیید شد. اگر چه پژوهشی مرتبط با تأثیر آموزش مهارت‌های حل

تأثیر آموزش توانش حل مسأله در رضایت زناشویی مادران دارای فرزند دختر نارسای تحولی عقلی خفیف

مسأله بر مقیاس ارتباطات زناشویی مادران دارای کودک دختر عقب مانده ذهنی در دسترس نبوده است، اما پژوهش‌هایی که بیانگر تأثیر آموزش مهارت‌های حل مسأله به حیطة خانواده (مخصوصاً روابط بین زن و شوهر) باشد، انجام شده است. از جمله می‌توان به پژوهش مک نوتون و همکاران (۲۰۰۰)، داگلاس و داگلاس (۱۹۹۵)، افضل‌ی گروه (۱۳۸۳) حیدری (۱۳۸۲) اشاره نمود. نتایج پژوهش حاضر با نتایج این پژوهشات همخوانی دارد. آموزش مهارت‌های حل مسأله تأثیر معنی‌داری بر حیطة «موضوعات شخصیتی» مادران داشته است. الیوت و همکاران (۲۰۰۹) نشان داده‌اند که آموزش خانواده در خانواده‌های دارای کودک استثنایی موجب کاهش اختلالات رفتاری کودک و همچنین مراقبت بهتر از کودک و کاهش فشار روانی والدین می‌گردد. در پژوهش دیگری که رابرتسون و همکاران (۲۰۰۱) انجام دادند نتایج حاکی از آن بود که باعث افزایش برقراری ارتباط دوستانه بین زوجین و کنترل هیجانات و احساسات منفی می‌شود. از این‌رو، آموزش دارای اهمیت زیادی در ارتقاء بهداشت روانی خانواده می‌باشد. در تبیین نتیجه این فرض احتمالاً می‌توان گفت که آموزش موجب ایجاد آگاهی در فرد و جامعه شده است. آموزش، اطلاعاتی را در اختیار فرد قرار می‌دهد که می‌تواند موجب تغییر بازخورد و رفتار فرد گردد. از آنجا که بازخورد روی رفتار اثر می‌گذارد و در نحوه بروز رفتار مؤثر است لذا می‌توان نتیجه گرفت که آموزش، عملکرد فرد را در جنبه‌های مختلف زندگی (از جمله روابط زناشویی) تحت تأثیر قرار می‌دهد. با توجه به این موضوع، آموزش مهارت‌های حل مسأله نیز احتمالاً در روابط زناشویی و رضایت زناشویی مادران دارای کودک با ناتوانی ذهنی تأثیر مثبتی داشته و موجب بهبود روابط زناشویی مادران شده است.

فرض دوم این پژوهش نشانگر تأثیر آموزش مهارت‌های حل مسأله بر مقیاس «حل تعارض» مادران دارای کودک دختر نارسای تحولی عقلی خفیف می‌باشد. یکی از ابعاد مهم رضایت زناشویی، شیوه رویارویی زوجین با موقعیت‌های تعارض‌آمیز زندگی می‌باشد. مسأله‌ای که نقطه اصلی تمرکز آموزش توانش حل مسأله است. تعارض و اختلاف بین انسان‌ها امری اجتناب‌ناپذیر است. بسیاری از تعارض‌ها و اختلاف‌های انسان‌ها از آنجا سرچشمه می‌گیرد که افراد دیدگاه‌های متفاوتی نسبت به یک موضوع دارند و حل تعارض در یک ارتباط زناشویی

تأثیر آموزش توانش حل مسأله در رضایت زناشویی مادران دارای فرزند دختر نارسای تحولی عقلی خفیف

مسأله‌ای در خور توجه است. به نظر می‌رسد یکی از مشکلات عمده زوجین در زندگی زناشویی ناتوانی در حل تعارض و مشکلات باشد. پس، آموزش توانش حل مسأله برای بهبود روش‌های حل تعارض لازم به نظر می‌رسد. نتیجه حاکی از آن بود که آموزش موجب بهبود «حل تعارض» مادران در گروه آزمایشی می‌شود. بنابراین، فرض دوم با احتمال ($P < 0/01$) تأیید شد. بدین معنا که آموزش توانسته موجب بهبود تضاد و تعارض‌های بین اعضاء زن و شوهر شود. این موضوع با نتایج پژوهش‌های برگن و همکاران (۱۹۹۵)، هارول (۲۰۰۱)، رضازاده (۱۳۸۱) همخوانی دارد. شاید بتوان گفت تکنیک‌هایی که در توانش حل خلاق مسأله آموخته می‌شوند، فرد را قادر می‌کنند که در شناسایی و حل مشکلات روزمره زندگی به نحو موفقیت‌آمیزی عمل کند و فشارها و تنیدگی‌های وارده از جانب آنها را کم کند و در نتیجه سطح رضایت زناشویی و سلامت عمومی خود را بالا ببرند. همچنین تبیین یافته‌های این تحقیق و پژوهش‌های همسو با آن نشان‌دهنده این هستند که از طریق آموزش توانش حل مسأله و تکنیک‌های خلاق، زوجین یاد می‌گیرند که چگونه با به کارگیری توانش حل خلاق مسایل، مشکلات و تعارض‌های درون خانوادگی خود را حل کنند، و بدین ترتیب به شکل اثربخش‌تری بتوانند بر مشکلات زندگی خود فایز آمده و با یکدیگر رابطه بهتری برقرار کنند. در این بین، داشتن یک کودک نارسای تحولی عقلی خفیف به عنوان یک مسأله در نظر گرفته می‌شود، و طرفین تلاش می‌کنند تا بهترین تصمیم و انتخاب را داشته باشند و از تعصبات شدید هیجانی اجتناب کنند. در نهایت این عوامل موجب می‌شوند که فرد در زندگی از سلامت عمومی و رضایتمندی و سازگاری زناشویی در بیشتر جنبه‌های زندگی سطح بالاتری را برخوردار باشد.

فرض سوم این پژوهش نشانگر تأثیر آموزش مهارت‌های حل مسأله بر مقیاس «اوقات فراغت» مادران دارای کودک دختر نارسای تحولی عقلی خفیف می‌باشد. نتیجه حاکی از آن بود که آموزش موجب بهبود «اوقات فراغت» مادران در گروه آزمایشی می‌شود. بنابراین، فرض سوم نیز با احتمال ($P < 0/01$) تأیید شد. برنامه‌ریزی برای فراهم آوردن اوقات فراغت و بهره بردن مناسب از این اوقات از عوامل مهم فراهم آورنده رضایت یا عدم رضایت در زندگی زناشویی است. آنچه که در این پژوهش منظور نظر بوده و مورد تأیید قرار گرفت. این موضوع با نتایج پژوهش‌های کایننگهام (۲۰۰۳)، تالمن و هیساو (۲۰۰۴)، فیروزی (۱۳۸۰) هم‌ردیف

تأثیر آموزش توانش حل مسأله در رضایت زناشویی مادران دارای فرزند دختر نارسای تحولی عقلی خفیف

است. آموزش مهارت‌های حل مسأله تأثیر معنی‌داری بر حیطه «اوقات فراغت» مادران داشته است. تالمن و هیساو (۲۰۰۰) نشان داده است که آموزش خانواده در خانواده‌های دارای کودک استثنایی موجب مدیریت نظام‌مندتر زمان و فعالیت‌های مرتبط با کودک شده، و همچنین مراقبت زمان‌مندتر از کودک و کاهش فشار ناشی از فعالیت‌های روزمره را به دنبال دارد. در پژوهش دیگری، کانینگهام (۲۰۰۳) نشان داد که آموزش مهارت حل مسأله تغییر مثبت در توانایی تصمیم‌گیری، افزایش میزان برنامه‌ریزی برای اوقات فراغت، احترام و اطمینان به خود، به دست آوردن بینش و آگاهی نسبت به جنبه‌های شناختی در روابطشان با دیگران، و افزایش مسئولیت‌پذیری برای آینده را در پی داشته است.

این پژوهش با محدودیت‌هایی نیز روبه‌رو بود. در این پژوهش تنها آموزش بر روی مادران دارای کودک نارسای تحولی عقلی خفیف دختر انجام شد. همچنین موقعیت جغرافیایی مکان آموزشی با منزل برخی از مادران فاصله زیادی داشت. از این رو برخی از مادران در ساعات مقرر شده جلسات آموزشی با تأخیر حضور پیدا می‌کردند. از آنجایی که آموزش مهارت‌های حل مسأله به صورت کارگاهی می‌باشد و با تمرینات و مهارت‌های عملی همراه است، فضای آموزشی مناسبی می‌بایست در نظر گرفته شود. در این پژوهش این مهارت‌ها در سالن یکی از مدارس استثنایی آموزش داده شد. یکی دیگر از محدودیت‌های این پژوهش، این است که در شهر اراک تعداد مدرسه کودکان استثنایی مقطع ابتدایی اندک هستند محققان یکی را به طور تصادفی انتخاب و از میان دانش‌آموزان آن ۳۰ نفر به طور تصادفی انتخاب شدند. مشکل تعداد کم مدرسه و اینکه فقط در یک شهر انجام شده است می‌تواند محدودیتی در جهت تعمیم نتایج محسوب بشود.

لذا پیشنهاد محققان این است که جهت آموزش‌های بعدی برای خانواده‌ها قبل از اجرای آموزش حتماً مکان آموزش با توجه به بُعد مکانی و تعداد شرکت‌کننده‌ها بررسی شود. با توجه به این که آموزش برای خانواده‌های دارای کودک استثنایی، نیاز مبرم و اساسی می‌باشد، لذا مسئولین و دست‌اندرکاران در حیطه آموزشی و توانبخشی کودکان استثنایی می‌بایستی مکان مناسبی جهت آموزش این خانواده‌ها در نظر بگیرند. همچنین این پژوهش تنها بر روی خانواده‌های دارای کودک نارسای تحولی عقلی خفیف دختر انجام گرفته است، لذا پیشنهاد

تأثیر آموزش توانش حل مسأله در رضایت زناشویی مادران دارای فرزند دختر نارسای تحولی عقلی خفیف

دیگر اینکه، در پژوهش‌های بعدی آموزش بر روی خانواده‌های دارای هم‌پسر و هم‌دختر نارسای تحولی عقلی خفیف به‌طور گسترده‌تر انجام بگیرد و همچنین به خانواده‌ها با سایر ناتوانی‌ها هم توجه شود و آموزش بر روی آن‌ها انجام شود.

پی‌نوشت‌ها:

- | | |
|---|---|
| 1- Life satisfaction | 2- Attitude |
| 3- Olson, D. H. | 4- Personality issues |
| 5- Marital communication | 6- Conflict resolution |
| 7- Financial management | 8- Leisure activities |
| 9- Sexual relationship | 10- Marriage & children |
| 11- Family & friend | 12- Religious orientation |
| 13- Problem solving | 14- D'Zurilla, T. J. & Goldfried, C. F. |
| 15- Enriching & narturing relationship, issues communication & happiness | |

منابع و مآخذ فارسی:

- افضلی گروه، صولت (۱۳۸۳). مقایسه سازگاری زناشویی معلمان مرد دبستان‌های شهر اهواز بر اساس همسانی هیجان خواهی با همسرانشان با کنترل سن و طول مدت ازدواج. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، دانشگاه شهید چمران اهواز.
- بابا پورخیرالدین، جلیل؛ رسول‌زاده طباطبایی، کاظم؛ ازه‌ای، جوادی؛ و آشتیانی، علی. (۱۳۸۲). بررسی رابطه بین شیوه‌های حل مسأله و سلامت روانشناختی دانشجویان. *مجله روان‌شناسی*، ۷، ۱۶-۳.
- ثنایی، باقر. (۱۳۷۹). *مقیاس‌های سنجش خانواده و ازدواج*. تهران: بعثت.
- رضازاده، سیدمحمد رضا. (۱۳۸۱). *رابطه سبک‌های دل‌بستگی و مهارت‌های ارتباطی با همسازی زناشویی در دانشجویان*. رساله دکتری روان‌شناسی، دانشگاه تربیت مدرس تهران.
- شعبانی، حسن؛ و مهرمحمدی، محمود. (۱۳۷۹). پرورش تفکر انتقادی با استفاده از شیوه آموزش مسأله محور. *مجله دانشگاه تربیت مدرس*، ۴، ۱.
- عبدالله‌زاده، نگین. (۱۳۸۵). *راهنمای آموزش مهارت‌های زندگی*. تهران: سازمان بهزیستی کشور.

- تأثیر آموزش توانش حل مسأله در رضایت زناشویی مادران دارای فرزند دختر نارسای تحولی عقلی خفیف فیروزی، منیژه. (۱۳۸۰). بررسی رابطه سبک دلبستگی زوجین و سازش روانشناختی با ناباروری. پایان نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی، دانشگاه تهران.
- کهرازی، فرهاد؛ آزادفلاح، پرویز؛ و اللهیاری، عباسعلی. (۱۳۸۲). بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های حل مسأله در کاهش افسردگی دانش آموزان. *مجله روان‌شناسی*، ۷، ۱۲۷-۱۴۲.
- محمودی‌راد، مریم. (۱۳۸۱). بررسی نقش آموزش مهارت‌های ارتباطی و حل مسأله اجتماعی در ارتقای سطح عزت نفس و رابطه آن با کارکردهای هوشی و پیشرفت تحصیلی. *مجله بیماری‌های کودکان ایران، ضمیمه*.
- موتابی، فرشته؛ و نوری، ربابه. (۱۳۸۵). مهارت‌های زندگی. تهران: طلوع دانش.
- مولوی، حسین. (۱۳۸۶). تحلیل توصیفی و استنباطی داده‌ها در طرح‌های پژوهشی. اصفهان: نشر پویش اندیشه.
- نوابی نژاد، شکوه. (۱۳۸۶). مشاوره و ازدواج و خانواده درمانی. تهران: انجمن اولیا و مربیان.
- هاوتون، ک.؛ و سالکوس کیس، ک. (۱۳۸۵). رفتار درمانی شناختی راهنمای کاربردی در درمان اختلال‌های روانی (جلد ۲). ترجمه حبیب ا... قاسم‌زاده. تهران: ارجمند.
- هومن، حیدرعلی. (۱۳۸۶). شناخت روش علمی در علوم رفتاری. تهران: سازمان مطالعه و تدوین کتب علوم انسانی دانشگاه‌ها (سمت).

منابع و مآخذ خارجی:

- Altun, I. (2003). The perceived problem solving ability and values of student nurses and midwives. *Journal of Nurse Education Today*, 23, 575-58.
- Barlow, J. H., Powell, L. A., Gilchrist, M., & Fotitadou, M. (2008). The effectiveness of training and support program for parents of children with disabilities: A randomized controlled trial. *J Psychosom Res*, 64, 1, 55-62.
- Bergen, M. B., Song, J. A., & Schumm, W. R. (1995). Sexual satisfaction among Korean American couples in the Mid western united states. *J sex Marital Ther*, 21(3): 147-158.
- Cunningham, M. (2003). *Satisfying unions through couples communication and*

تأثیر آموزش توانش حل مسأله در رضایت زناشویی مادران دارای فرزند دختر نارسای تحولی عقلی خفیف

enhancement skills: A secondary prevention and enhancement program for married couples.[dissertation]. Texas: A & M University.

- Douglass, F. M., & Douglass, R. (1995). The Marital Problems Questionnaire (MPQ): A Short Screening Instrument for Marital Therapy. *Family Relations, 44*(3), 238-244.
- D'zurilla, T. J., & Nezu, A. M. (2001). Problem solving therapies. Pin dibson, K. S. (ED). *Handbook of Cognitive Behavioral Therapies. 211-245*, Nemyark, Guilford Press.
- D'zurilla, T. J., & Sheedy, C. F. (1992). The Relations between Social Problem Solving Ability and Subsequent Level of Academic Competence in College Students. *Cognitive Therapy and Research, 16*(5), 589-599.
- Elliott, T. R., Berry, J. W., Grant, J. S. (2009). Problem-solving training for family caregivers of women with disabilities: a randomized clinical trial. *Behaviour Research and Therapy, 47, 7*, 548-558.
- Hastings, R. P. (2003). Child behavior problem and parental mental health correlates of stress in mothers and fathers of children with autism. *Intellect Disabil Research. 47 (4)*, 231-237.
- Hurol, F. (2001). Consanguineous marriage and marital adjustment in Turkey. *The Family Journal. 9 (2)*: 219-26.
- Karasel, N., Aydon, O., & Tezer, M. (2010). The relationship between mathematics anxiety and mathematical problem solving among primary school students. *Procedia Social and Behavioral Sciences, 2*, 5804 – 5807.
- Lam, W. K., Fals-Stewart, W., & Kelley, M. L. (2008). Effects of Parent Skills Training with Behavioral Couples Therapy for alcoholism on children: a randomized clinical pilot trial. *Addictive Behaviors, 33, 8*, 1076-1080.
- Mcnaughton, C., & Bostwick, M. (2000). Development of brief stress management support groups for couples undergoing in vitro fertilization treatment. *Fertil Steril, 74 (81)*: 87-93
- Nezu, A., & D'zurilla, T. J. (2001). Problem Solving Training, Handbook of Cognitive Behaviour Therapies. New York: Guilford.
- Olson, D. H. (2000). Circumplex model of marital & family systems. *Journal of Family Therapy, 22*, 144-167.
- Perla, E., & O'Donnel, B. (2004). Encouraging problem solving in orientation and mobility. *Journal of Visual Impairment & Blindness, 98*, 47-52
- Pilowsky, D., Wickramaratne, P., Nomura, Y., & Weissman, M. (2006). Family discord, parental depression and psychopathology in offspring: 20 Year Follow-up. *J. Am. Acad. Child. Adolesc. Psychiatry, 45 (4)*: 452-460.
- Robertson, J., Emerson, E., Gregory, N., Hatton, C., & Kessissoglou, S. (2001). Social networks of people with mental retardation in residential settings. *Mental Retardation, 39*, 201-214.

تأثیر آموزش توانش حل مسأله در رضایت زناشویی مادران دارای فرزند دختر نارسای تحولی عقلی خفیف

Selcuk, G. S., Caliskan, S., and Erol, M.(2007). The effect of gender and grade levels on Turkish physics teacher candidates' problem solving Strategies. *Journal of Turkish since education*,4, 10.

White, L. G. (2003). *Problem solving, self efficacy, community interaction, and employment of blind adults*. A dissertation presented for the Doctorate of Philosophy in Hawaii University.