

اثربخشی راهبرد آموزش مهارت حل مسئله با تاکید بر آموزش های پیشگیرانه در بین نوجوانان دختر دبیرستانی در سال 1402

نویسنده^۱، زهرا جیریایی^۱

چکیده:

اهداف: در سال های اخیر ضرورت توجه و ارتقای مهارت های زندگی در بین دانش آموزان از اهمیت بالایی برخوردار شده است. بر این اساس این تحقیق با هدف بررسی و سنجش آموزش مهارت حل مسئله در بین نوجوانان دبیرستانی شهر تهران طراحی و اجرا شده است.

روش مطالعه: روش این مطالعه علی - مقایسه ای است. بر این اساس 50 نفر از دانش آموزان دبیرستانی دختر در گروه آزمایش و 50 نفر نیز در گروه کنترل در سال تحصیلی 1401-1402 قرار داده شدند و سپس تاثیر آموزش مهارت حل مسئله که در قالب جلسات آموزشی طراحی شده بود مورد سنجش قرار گرفت.

یافته ها: بر اساس یافته های این پژوهش دانش آموزانی که به صورت مستمر در جلسات آموزشی مهارت حل مسئله شرکت کرده بودند از نظر شاخص های عملکرد اجتماعی و تحصیلی نمرات بالاتری از گروه گواه دریافت کرده بودند و مهارت های اجتماعی آنها نیز بهبود قابل توجهی یافت.

نتیجه گیری: ضروری است که در برنامه های درسی آموزش حل مسئله به عنوان یک راهبرد موثر به منظور تقویت مهارت های زندگی دانش آموزان مورد نظر قرار بگیرد و به صورت مستمر در مدارس آموزش داده شود.

کلمات کلیدی: دانش آموزان، مهارت حل مسئله، دبیرستان، اثربخشی، راهبرد آموزشی

Abstract:

Objectives: In recent years, the need to pay attention and improve life skills among students has gained great importance. Based on this, this research was designed and implemented with the aim of investigating and measuring problem solving skill training among high school teenagers in Tehran.

Study method: The method of this study is causal-comparative. Based on this, 50 female high school students were placed in the experimental group and 50 in the control group in the academic year 1402-1401, and then the effect of the problem solving skill training that was designed in the form of training sessions was measured.

Findings: According to the findings of this research, the students who participated continuously in the problem solving training sessions received higher grades than the control group in terms of social and academic performance indicators, and their social skills also improved significantly. .

Conclusion: It is necessary to consider problem solving as an effective strategy in order to strengthen students' life skills in the curricula and to teach it continuously in schools.

¹. کارشناسی ارشد روانشناسی و آموزگار. ایمیل:

Keywords: students, problem solving skills, high school, effectiveness, educational strategy

مقدمه: در بسیاری از کشورهای توسعه یافته و در حال توسعه در جهان آموزش مهارت های زندگی به عنوان یکی از راهبردها و برنامه های آموزشی نقش بسزایی در ارتقای سلامتی، پیشگیری و کاهش آسیب های اجتماعی در سنین مختلف دارد. مهارت های ده گانه زندگی که توسط سازمان بهداشت جهانی از 4 دهه پیش مطرح شد و به عنوان یکی از راهبردهای اثربخش پیشنهاد گردید قادر است تا با تداوم و استمرار آن به سال زیستی گروههای مختلف اجتماعی کمک نماید.

همانگونه که اشاره شد نقش مهارت های زندگی می توان اثربخش باشد. یکی از گروههایی که ضروری است توجه ویژه و خاصی به آنها شود دانش آموزان در همه مقاطع تحصیلی به خصوص در دبیرستان ها هستند. در حالیکه بر اساس بسیاری از پژوهش هایی که در داخل و خارج از کشور به انجام رسیده است، اثربخشی آموزش مهارت های زندگی می تواند به ارتقای سلامت روانی و اجتماعی دانش آموزان کمک نماید.

مهارت های زندگی مجموعه ای از مهارت های به زیستن است که قادر است دانش آموزان درک بهتری از شرایط خود داشته و با بحران ها و مشکلاتی که پیرامون آنهاست مواجه شوند. در این بین مهارت حل مسئله یکی از مهارت های ده گانه ای است که دانش آموزان را قادر می سازد تا بتوانند به حل و یا کاهش مشکلات پیرامون خود بپردازند. دانش آموزان دبیرستانی در شرایطی وارد این دوره می شوند که با چالش ها و مشکلات روانشناختی، اجتماعی، خانوادگی و آموزشی متعددی مواجه می شوند. لذا درک آنها را از وضعیت موجود به چالش می کشاند و چنانچه از توانایی لازم و کافی برای حل و یا کاهش آن برخوردار نباشند، می توانند منجر به بروز بحران های متعدد پیرامون آنها شود. توانایی حل مسأله یکی از عوامل تعدیل کننده اثرات رویدادهای منفی زندگی است و به نگرش، مهارت ها و توانایی هایی اشاره دارد که فرد را قادر می سازد در برابر هر یک از مشکلات زندگی راه حل موثر و سازگارانه را انتخاب کند. حل مسأله مهارت شناسایی مشکل و طی کردن مراحل برای حل آن است.

مهارت حل مسئله یکی از کلیدی ترین مهارت هایی است که ضروری است در همه مقاطع تحصیلی به درستی آموزش داده شود. چنانچه دانش آموزان بتوانند به خوبی با این مهارت آشنا شوند علاوه بر مشکلات روانشناختی از بروز سایر اختلالات نظیر خودکشی، بی معنایی در زندگی جلوگیری نموده و باور به توانایی خود و افزایش اعتماد به نفس و انطباق پذیری با شرایط مختلف را تسهیل می نماید.

بر همین اساس یکی از الزامات اصلی و رسالت های بنیادین آموزش و پرورش تقویت مهارت حل مسئله در بین دانش آموزان به خصوص در دبیرستان ها است. در این پژوهش به دنبال یافتن پاسخ به پرسش هایی نظیر وضعیت یا چگونگی آموزش حل مسئله در بین دبیرستان های کشور، ضرورت و اهمیت اجرای این مهارت و از طرفی مرور اثربخشی راهبرد حل مسئله در بین کشورهای مختلف جهان می باشیم.

1 مبانی نظری و پیشینه‌ی پژوهش:

با توجه به ضرورت و اهمیت بررسی مبانی نظری موضوع پژوهش در این بخش در ابتدا به بررسی نظریات مرتبط با موضوع پژوهش می‌پردازیم و سپس در بخش بعدی پژوهش‌های مرتبط با موضوع مورد بررسی و ارزیابی قرار می‌گیرد.

روانشناسان سازگاری فرد را در مقابل محیط مورد توجه قرار داده و خصوصیات از شخصیت را به هنجار تلقی کرده‌اند که به فرد کمک می‌کند تا خود را با جهان پیرامون سازگار کند، و با دیگران در صلح و صفا زندگی و در جامعه جایگاهی کسب نماید. در این میان سازگاری اجتماعی انعکاسی از تعامل فرد با دیگران، و رضایت از نقش‌های خود و نحوه عملکرد در نقش‌هاست که به احتمال زیاد تحت تاثیر شخصیت، فرهنگ و انتظارات خانواده قرار دارد سازگاری اجتماعی معمولاً در اصطلاحات نقش‌های اجتماعی، عملکرد نقش، درگیر شدن با دیگران و رضایت با نقش‌های متعدد مفهوم سازی شده است. عواملی چون عوامل پزشکی، تربیت و اختلالات عاطفی و هیجانی، آربی و محیطی و اجتماعی بر سازگاری اجتماعی موثر است (حاج‌عبداللهی، 1388) در روانشناسی سازگاری فرایندی کم و بیش آگاهانه فرض می‌شود که بر پایه آن فرد با محیط طبیعی، اجتماعی و فرهنگی انطباق می‌یابد. این انطباق مستلزم آن است که فرد خود را تغییر داده یا این که فعالانه تغییراتی در محیط ایجاد نماید و در نتیجه هماهنگی الزم بین فرد و محیط ایجاد شود. چاپلین سازگاری را تغییر در فعالیت‌ها به منظور فائق آمدن بر موانع و ارضای نیازهای خود تعریف می‌کند. وی سازگاری را نوعی حل مسئله می‌داند که در آن ارگانیزم یا فرد نیازی دارد که نمی‌تواند با روش‌های قبلی بر آورده کند چندین عامل بر سازگاری تاثیر می‌گذارند، که شیوه‌های تفکر و یا سبک تفکر اشخاص یکی از آنهاست. تفکر عملی ذهنی است و زمانی مطرح می‌گردد که انسان با مسئله‌ای مواجه است و خواستار حل آن است. در این هنگام در ذهن چالشی برای حل مسئله آغاز می‌گردد که این تالش ذهنی را، تفکر می‌نامند. فعالیت برای حل مسئله از مراحل تشکیل شده است که از تعریف مسئله به طور شفاف، روشن و ملموس آغاز می‌گردد و با پیدا کردن راه حل‌هایی برای مسئله ادامه می‌یابد و با به کار گیری عملی‌بهرترین راه حل و یافتن جواب نهایی به پایان می‌رسد. تفکر تحلیلی، تفکر انتقادی، اجرایی، تفکر راهبردی و تفکر جانبی انواع روش‌های تفکری می‌باشند. البته هر یک از روش‌های تفکری را می‌توان متدهایی دانست که به کمک آنها، قسمتی از فرایند حل مسئله با موفقیت طی می‌شود. تفکر برتر تفکری است که از بهترین روش‌ها به حل مسئله برسد (مجتهدی، 1383).

هدف اصلی شیوه حل مسأله تعیین مؤثرترین بدیل است که می‌توان به دنبال آن از سایر عملیات کنترل شخصی جست‌وجو تا مراجع به عمل کردن در مسیری که برگزیده شده است برانگیخته شود و به آن ادامه دهد. بنابراین مهارت حل مسأله به مرحله حیاتی اولیه‌ای در فرایند کلی تر کنترل خود بدل می‌شود که اغلب با عبارت‌هایی از قبیل "استقلال"، "شایستگی" و "اتکای به نفس" توصیف می‌شود (دیویسون و گلد فرید، 2001 به نقل از ترجمه احمدی علون آبادی، 1391).

حل مسئله همواره با انسان همراه بوده است. زمانی که انسان غارنشین از خود می‌پرسید: «چگونه خود را گرم کنم؟» در صدد حل یک مسئله بود. زمانی که انسان از خود می‌پرسید: «چگونه جلوی شیوع طاعون در شهرم را بگیرم؟» نیز با یک مسئله روبرو بود. و بالاخره وقتی انسان از خود پرسید: «چگونه روی کره ماه قدم بگذارم» نیز باید مسئله‌ای را حل می‌کرد. بنابراین حل مسئله مهارتی است که بقای فرد و بقای نسل در گروهی آن است. به نظر می‌رسد انسانها

خیلی اوقات می‌توانند مشکلات خویش را حل نمایند، بی آن که حل مسئله را به صورت مدون و یا در کلاس‌های مهارت‌های زندگی آموخته باشند، اما از سوی دیگر خیلی اوقات نیز انسانها نمی‌توانند مسئله‌ی خود را حل کنند چون حل مسئله را به صورت یک مهارت، به طور اختصاصی نیاموخته یا تمرین نکرده‌اند. با توجه با این که افراد حل مسئله ریاضی، فیزیک و شیمی را در مدرسه می‌آموزند، و مبانی حل مسئله اجتماعی با حل مسئله ریاضی یکی است، آنها بی آنکه بدانند از همان اصول برای حل مسئله اجتماعی نیز استفاده می‌کنند، اما افرادی در مسائل اجتماعی خود موفق‌ترند که در این حوزه به صورت اختصاصی تمرین کرده و آموزش دیده باشند. پژوهش‌های زیادی نشان داده‌اند که نقص در حل مسئله اجتماعی با آسیب‌های روانی و اجتماعی در کودکی، نوجوانی و بزرگسالی همراه است (دوزویلا و نیزوا، ۲۰۰۱).

تعریف

حل مسئله عبارت است از فرایند شناختی- رفتاری که توسط خود فرد هدایت می‌شود و فرد سعی می‌کند با کمک آن راه حل‌های مؤثر یا سازگارانه‌ای برای مسایل زندگی روزمره خویش پیدا کند. به این ترتیب حل مسئله یک فرایند آگاهانه، منطقی، تلاش بر و هدفمند است (دوزویلا و نیزوا، ۲۰۰۱). افزودن صفت «اجتماعی» به حل مسئله به این معنی است که رویارویی با هر نوع مسئله‌ای که در بستر زندگی اجتماعی انسان اتفاق می‌افتد. مسائل مالی، مسایل شخصی (مثلاً شناختی، هیجانی/ عاطفی/ رفتاری و سلامتی) بین فردی (مثلاً زناشویی، خانوادگی) و مشکلات اجتماعی (مثلاً جرم و آسیب‌های اجتماعی) همه جنبه اجتماعی داشته و مستلزم دانستن مهارت حل مسئله‌ی اجتماعی است (همان منبع).

زمانی می‌گوییم فرد با یک مسئله روبروست که شرایط به گونه‌ای باشد که یک پاسخ سازگارانه ضرورت داشته باشد، اما فرد پاسخ آماده و به اصطلاح عامیانه دست به نقدی برای «مقابله ۲» با آن مسئله در اختیار نداشته باشد. مسئله می‌تواند ناشی از یک مشکل بیرونی باشد (مثل یک امتحان سخت) و یا از درون فرد نشأت گرفته باشد (مثل اهداف، نیازها و یا تعهدات شخصی).

معمولاً زمانی فرد با حل یک مسئله اجتماعی روبرو است که مشکل یا مانعی وجود داشته باشد که استفاده از پاسخ‌های سازگارانه‌ی قبلی وی راهگشا نباشند. مثلاً فرد به مانع برخورد کرده باشد، مسئله تازه باشد، شرایط مبهم باشد، وضعیت غیر قابل پیش بینی باشد یا فرد مهارت عملکردی لازم را نداشته باشد. مسئله اجتماعی می‌تواند یک مسئله‌ی واحد باشد مثل زندگی با یک مصرف کننده‌ی مواد در یک اتاق در خوابگاه، می‌تواند یک سلسله مسائل به هم پیوسته باشد مثل مسائل ناشی از شروع به تحصیل در شهری دور از خانواده یا مسئله‌ای مزمن و مستمر باشد مانند احساس تنهایی.

مقابله و انواع آن

راه حل مسئله، یک «پاسخ مقابله‌ای» است. وقتی فردی به حل مسئله می‌پردازد نوعی مقابله انجام می‌دهد. مقابله‌ی فرد می‌تواند مؤثر یا نامؤثر باشد. زمانی مقابله مؤثر است که مسئله حل شود و البته مسئله به گونه‌ای حل شود که حداکثر نتایج مثبت به دست آمده و حداقل عواقب منفی به بار آید. باید به خاطر داشت مقابله‌ی سازگارانه به معنای دست یابی به حداکثر نتایج مثبت نه تنها برای خود فرد که با کمترین آثار سوء برای دیگران و نیز دست یابی به آثار مثبت نه تنها در کوتاه مدت که در دراز مدت است. یافتن یک راه حل برای مسئله به معنی توانایی

¹Nezu

²Coping

به کار بستن آن راه حل نیست. گاهی اوقات افراد می‌توانند راه حل با پاسخ مقابله‌ای مؤثر برای یک مسئله بیابند، اما توانایی به کار بستن آن را ندارند. بنابراین حل مسئله اجتماعی باید در کنار سایر مهارت‌های زندگی آموخته و تمرین شود تا به این ترتیب فرد توانایی به کار بستن پاسخ مقابله‌ای سازگارانه را داشته باشد.

زمانی که آدمها با یک مسئله روبرو می‌شوند، همواره آن را به شکل یک مسئله نمی‌بینند. گاهی اوقات افراد مسئله‌ی خود را به صورت یک مشکل با یک معضل می‌بینند. چنین رویکردی به مسئله، نخستین مانع بر سر راه حل مسئله است، زیرا به محض اینکه فرد مانع، ابهام، پیش‌بینی ناپذیری و در هر صورت مسئله‌ای را که مقابل وی قرار دارد به صورت یک معضل غیرقابل حل دید، انگیزه خویش برای مقابله‌ی مؤثر را از دست می‌دهد.

مبنای رویکرد حل مسئله این است که بسیاری از آسیب‌های روانی و اجتماعی ناشی از فقدان رفتارهای مقابله‌ای مؤثر یا استفاده از رفتارهای مقابله‌ای غیر مؤثر هستند. نقص در رفتارهای مقابله‌ای سرمنشأ تجربه استرس و عوارض نامطلوب هیجانی، رفتاری، شناختی و بین فردی است.

رویارویی با یک مشکل در زندگی روزمره می‌تواند نوعی تجربه استرس تلقی شود. رویارویی با استرس مشکل مستلزم دو فرایند اصلی است؛ یکی ارزیابی شناختی استرس و دیگری ارزیابی توان مقابله. منظور از ارزیابی شناختی، بررسی دو موضوع است. نخست این که آیا استرس تجربه شده (یا مشکل) می‌تواند تهدیدی برای سلامت جسمی، اجتماعی یا روانی فرد محسوب گردد؟ این نوع ارزیابی، ارزیابی اولیه نامیده می‌شود. دوم ارزیابی فرد از توانایی‌ها و منابع در دسترس برای مقابله با استرس. این نوع ارزیابی، ارزیابی ثانویه نامیده می‌شود. فرایند دوم در رویارویی با مشکل، مقابله است.

بر اساس نظریه لازاروس دو نوع مقابله‌ی اصلی در برابر استرس وجود دارد: مقابله‌ی مسئله مدار و مقابله‌ی هیجان مدار. هدف مقابله‌ی مسئله مدار تغییر شرایط استرس آفرین در جهت بهبود وضعیت و کاهش فشار و حل مسئله است. هدف از مقابله‌ی هیجان مدار مدیریت هیجان‌های ایجادشده در اثر موقعیت استرس آفرین است. به نظر می‌رسد افرادی که از مقابله‌های مسئله مدار استفاده می‌کنند بر این باورند که موقعیت‌ها قابل تغییر و مسائل قابل حل هستند. درحالی که افرادی که از مقابله‌های هیجان مدار استفاده می‌کنند بر این باورند که شرایط غیرقابل تغییر و غیر قابل کنترل هستند و تنها می‌توان در مقابل آنها واکنش هیجانی نشان داد. مقابله‌های مسئله مدار و هیجان مدار انواع مختلفی دارند. مثلاً مقابله‌های فعال (مثل اقدام عملی با تلاش در جهت برطرف نمودن مسئله)، برنامه ریزی (مثل فکر کردن در مورد این که چگونه می‌توان با مسئله با مشکل روبرو شد با برنامه ریزی در مورد اقدامات فعالانه‌ای که باید برای مقابله صورت گیرند).

تلاش در جهت یافتن منابع حمایت اجتماعی که می‌توانند عملاً مؤثر واقع شوند (مثلاً کمک گرفتن، کسب اطلاعات، یا نظر مشورتی گرفتن در مورد آن چه که باید در جهت حل مسئله صورت گیرد)، در پی حمایت اجتماعی - عاطفی برآمدن (حس دلسوزی و حمایت عاطفی کسی را به دست آوردن)، کنار گذاشتن سایر فعالیت‌ها (توجه نکردن به سایر فعالیت‌هایی که فرد انجام می‌دهد تا به این ترتیب فرد بتواند با تمام قوا و با تمرکز کامل به حل مسئله بپردازد)، پناه بردن به مذهب (افزایش فعالیت و رفتارهای مذهبی)، تفسیر مجدد مسئله به سبکی مثبت و آن را به عنوان فرصتی برای رشد و بلوغ اجتماعی دیدن (از موقعیت نهایت استفاده را برای رشد کردن و مسئله را از جنبه‌های مثبت و سازنده‌ی آن دیدن)، بازداري مقابله (مقابله‌ی منفعلانه به صورت عقب نشینی و دست از تلاش برداشتن تا زمانی که شرایط به شکلی درآید که راهبردهای مقابله‌ای فرد بتوانند مؤثر واقع شوند)، تسلیم شدن، دست از تلاش کشیدن و پذیرش شرایط (مثلاً پذیرفتن این واقعیت که استرس اتفاق افتاده و مسئله واقعی است)، تمرکز بر تخلیه احساسات (توجه زیاد به ناراحتی و فشار روانی‌ای که فرد تجربه می‌کند و تمایل به تخلیه این هیجان‌ها)، انکار (تلاش برای نادیده گرفتن رویداد مسئله آفرین)، پرت کردن حواس خویش (فکر نکردن به هر آنچه

که یادآور مسئله است. مثلاً خیال پردازی، خوابیدن یا سرگرم کردن خود با موضوعات دیگر، انجام رفتارهایی غیر از حل مسئله (مثلاً دست از تلاش کشیدن، تسلیم شدن و به دنبال هدفی که مسئله آفریده است نرفتن)، مصرف الکل و مواد مخدر (استفاده از الکل و مواد مخدر یا دارو به عنوان راهی برای فراموش کردن مسئله) و شوخی (مسئله را به شوخی گرفتن یا طنز در مورد آن).

مقابله‌های هیجان مدار می‌توانند سازگاران یا غیر سازگاران باشند. برخی مقابله‌های هیجان مدار سازگاران عبارتند از دعا کردن، آرام کردن خود و شوخی و طنز. برخی از مقابله‌های هیجان مدار ناسازگاران عبارتند از پناه بردن به الکل و مواد مخدر و دعوا کردن. فرق این دو نوع مقابله، در عوارض سوء آنها برای فرد یا اجتماع است. مقابله‌های هیجان مدار ناسازگاران نه تنها منجر به حل مسئله نمی‌شوند، بلکه آسیب‌های اجتماعی و روانی نیز به دنبال می‌آورند، در حالی که مقابله‌های هیجان مدار سازگاران منجر به حل مسئله نمی‌شوند، بلکه آسیب‌های اجتماعی و روانی ناشی از رویارویی با شرایط بغرنج می‌شوند. ولی در هر حال چون هیجان مدار هستند باعث تسکین فرد می‌شوند، اما اقدامی عملی در جهت حل مسئله نیستند و در نتیجه مسئله را حل نمی‌کنند.

گام نخست در حل مسئله این است که فرد مسئله را به صورت یک مسئله ببیند. برخورد هیجانی با مشکلات، رویکردی غیر مسئله مدار است که در اصطلاح مقابله‌ی هیجان مدار نامیده می‌شود. مقابله‌های هیجان مدار مانع از برخورد سازنده یا مثبت با مسئله می‌شوند. یک نوع برخورد دیگر با مشکلات، برخوردی است که در آن مشکل به صورت یک «مسئله» تعریف می‌شود. این نوع برخورد، مقابله‌ی مسئله مدار نامیده می‌شود. مقابله‌های هیجان مدار معمولاً واکنش هیجانی منفی ایجاد می‌کنند که توجه فرد را منحرف کرده و در نهایت منجر به حل مسئله نمی‌شوند، ولی مقابله‌های مسئله مدار توجه فرد را معطوف به مشکل نگاه داشته و منجر به حل مسئله می‌شوند و در نتیجه می‌توانند هیجان مثبت تولید کنند.

به این ترتیب رویکرد غیر هیجانی به مسئله گام نخست در حل مسئله است. رویکرد منفی منجر به تولید هیجان منفی، پرهیز از حل مسئله، نگرانی فزاینده‌ی بیمارگونه، عدم تلاش و مقاومت، از دست دادن تحمل در برابر ناکامی و عدم قطعیت می‌شود و در نتیجه فرد آمادگی افتادن در دام آسیب‌های اجتماعی و روانی را پیدا می‌کند. به این ترتیب حل مسئله اجتماعی به شیوه‌ای مؤثر قبل از هرچیز مستلزم فاصله گرفتن از برخوردهای هیجانی منفی یا مقابله‌های هیجان مدار ناسازگاران است. به منظور اتخاذ یک مقابله‌ی مسئله مدار سازنده (به جای مقابله هیجان مدار غیر مؤثر) فرد باید:

- ۱) متوجه شود که مسئله‌ای به وجود آمده است و وجود مسئله را انکار نکند.
- ۲) آنچه را که اتفاق افتاده است به شکل یک مسئله ببیند و نه به عنوان یک مشکل غامض یا لاینحل.
- ۳) توجه داشته باشد که حل مسئله برای سلامت روانی و رفاه اجتماعی او حایز اهمیت است.
- ۴) به این باور رسیده باشد که خودش قادر به حل مسئله بوده و مسئله نیز قابل حل شدن است.
- ۵) بداند که حل مسئله نیاز به زمان و تلاش دارد و مایل باشد وقت یا زمان کافی رابه حل مسئله اختصاص بدهد (دوزویلا و نیزو، ۲۰۰۱). بعد از آن که فرد نگرش فوق را نسبت به حل مسئله پیدا کرد، آنگاه باید مراحل حل مسئله را به درستی طی کند. مقابله‌ی مسئله مدار مستلزم عبور از چهار مرحله است. این چهار مرحله عبارتند از:

۱) تعریف و فرمول بندی مسئله

۲) تولید و خلق راه‌حل‌های متعدد

۳) ارزیابی سود و زیان یا معایب و محاسن هر راه حل

۴) به کارگیری راه حل و ارزیابی و بازنگری آن

حل مسئله‌ی ماهرانه مستلزم عبور گام به گام از این مراحل است.

گام اول، تعریف و فرمول بندی مسئله

معمولاً وقتی مشکلی در زندگی پیش می‌آید، آدم‌ها آن را خیلی گنگ، مبهم، پراکنده و غیر دقیق ادراک می‌کنند. آنها نمی‌دانند از حل مسئله چه انتظاری دارند. اطلاعات کمی در مورد مشکل دارند و اهدافشان نامشخص است. هدف این گام ارائه تعریف مشخص و دقیق از مشکل است تا آنجا که ابهامات و نامفهومی‌های یاد شده تا جای ممکن از بین برود.

با کمک این جمله فرد در بخش نخست جمله، شرایط مبهم را به صورت یک پرسش یا صورت مسئله در می‌آورد و در قسمت «به‌گونه»، هدف خود از حل مسئله را می‌نویسد. این روش راهی کوتاه و کاربردی برای تعریف عینی مسئله است.

گام دوم، تولید، خلق و پیدا کردن راه حل‌های متعدد و متفاوت

یک روش عینی و عملی برای پیدا کردن راه حل‌ها، روش بارش ذهنی است. در این مرحله فرد سعی می‌کند با استفاده از روش بارش ذهنی راه حل‌های متعدد، متنوع و غیر قضاوتی برای مسئله ارائه بدهد. هرچه که فرد راه حل‌های بیشتر، ابتکاری و متنوع ارائه کند و رها از قضاوت ارزشیابی (که باید در مراحل بعدی انجام شود) آنها را ارائه دهد، احتمال یافتن راه حل مؤثر بیشتر می‌شود.

گام سوم، تصمیم‌گیری و انتخاب از بین راه حل‌ها

در این مرحله فرد راه حل‌های ارائه شده در گام دوم را مورد ارزیابی قرار داده و سود و زیان هر کدام را بررسی می‌کند و در نهایت راه‌حلی را انتخاب می‌نماید که بیشترین سود و کمترین زیان را داشته باشد. بدین منظور می‌توان از جدول ارزیابی سود و زیان استفاده کرد. در بالای هر جدول یک راه حل نوشته می‌شود. این جدول چهار ستون دارد. در ستون اول سودها یا امتیازهای راه حل و در ستون دوم میزان اهمیت هر امتیاز یا سود نوشته می‌شود. در ستون سوم معایب یا ضررهای هر راه حل و در ستون چهارم میزان اهمیت هر یک از معایب یا ضررها نوشته می‌شود. جمع ستون‌های دوم و چهارم تعیین می‌کند که هر راه حل چقدر امتیاز مثبت و چقدر جنبه‌های منفی دارد.

گام چهارم ارزیابی آثار و پیامدهای راه حل

در این مرحله فرد راه حل انتخابی را اجرا می‌کند، آثار و نتایج آن را بر خودش و دیگران نظاره می‌کند، آثار واقعی روش انتخابی را با پیامدهای پیش‌بینی شده مقایسه می‌کند، در نهایت اگر مسئله حل شده بود به خود پاداش می‌دهد و اگر مسئله حل نشده بود موانع را شناسایی نموده و برطرف می‌کند و در صورت لزوم مراحل حل مسئله را مجدداً تکرار می‌کند. در حل مسئله حرکت رفت و برگشتی بین مراحل، پدیده‌ی دور از انتظاری نیست. در بسیاری از موارد هنگامی که فرد مشغول ارزیابی سود و زیان راه‌حل‌ها است، ناگهان راه حل جدیدی به ذهنش می‌رسد یا زمانی که اجرای یک راه حل را برنامه ریزی می‌کند متوجه سود یا زیان تازه‌ای در مورد آن راه حل می‌شود. مجدداً تأکید می‌شود که گام آخر یعنی برگزیدن یک راه حل و اجرای ماهرانه آن، مستلزم آشنایی با سایر مهارت‌های زندگی است. مثلاً در صورتی که مسئله در روابط بین فردی باشد، راه حل مستلزم آشنایی با مهارت حل اختلاف با سایر مهارت‌های روابط بین فردی مؤثر است. لذا به طور کلی مهارت حل مسئله به شرح زیر است:

❖ منظور از حل مسأله یعنی استفاده از یک شیوه منظم و هدفمند برای رسیدن به یک هدف خاص که عمدتاً حل یک مشکل است. حل مسأله یک سری سلسله مراتب داشته که درک آن نیاز به دقت مناسبی دارد. در زیر مراحل حل مسأله تشریح خواهد شد.

مرحله اول: از خود بپرسید که آیا مشکلی وجود دارد؟ جواب بله یا خیر.

مرحله دوم: مشکل را تعریف کنید.

مرحله سوم: عوامل به وجودآورنده مشکل را شناسایی کنید.

مرحله چهارم: راه حل های ممکن را شناسایی نمایید.

مرحله پنجم: بهترین راه حل را انتخاب نمایید.

مرحله ششم: راه حل انتخاب شده را اجرا کنید.

مرحله هفتم: آیا راه حل انتخاب شده مفید واقع شده است؟

مرحله هشتم: اگر مفید و مؤثر نبوده مشکل چیست؟

روش این تحقیق ترکیبی از روش مطالعه اسنادی و بحث گروهی متمرکز است. بر این اساس سعی شده است که کلیه منابع و استنادات علمی اعم از کتاب، مقاله و پژوهش در حوزه ضرورت و اهمیت تحقیق در بین نوجوانان دبیرستانی مورد مطالعه قرار بگیرد و با استفاده از روش تحلیل و کدگذاری مورد تحلیل قرار بگیرد. علاوه بر این از روش بحث گروهی متمرکز نیز با هدف شناسایی و تبیین مهارت حل مسئله در بین نوجوانان مورد استفاده گردید. لذا با گروهی متشکل از 6 نفر از کارشناسان و متخصصان مصاحبه عمیق به عمل آمد و نتایج مورد بررسی و تبیین قرار گرفت.

مرور منابع:

1- پژوهشی که با عنوان « اثربخشی آموزش مهارت های حل مسئله شناختی-اجتماعی بر کنترل عواطف نوجوانان دختر دارای رفتارهای پرخطر» انجام شد.

هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی آموزش مهارت های حل مسئله شناختی-اجتماعی بر کنترل عواطف نوجوانان دختر دارای رفتارهای پرخطر بود. روش بررسی: روش پژوهش نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون و پس آزمون همراه با گروه گواه بود. جامعه آماری پژوهش را تمامی نوجوانان دختر متوسطه بابل در سال تحصیلی 1397-98 تشکیل دادند. نمونه گیری این پژوهش در دو مرحله انجام گرفت: الف: چهارصد دانش آموز به صورت تصادفی خوشه ای چند مرحله ای از میان همه دانش آموزان انتخاب شدند و مقیاس رفتارهای پرخطر نوجوانان ایرانی روی آن ها اجرا شد؛ ب: افراد دارای نمره بیشتر (نمرات بیشتر از 50 درصد یعنی بیشتر از 76) مشخص شدند که 85 نفر بودند. از بین آن ها 36 نفر با تمایل به ادامه همکاری، انتخاب شدند. سپس به صورت تصادفی ساده در گروه آزمایش و گروه گواه (هر گروه هیجده نفر) قرار گرفتند. در پیش آزمون و پس آزمون برای هر دو گروه، مقیاس کنترل عواطف (ویلیامز و همکاران، 1997) استفاده شد. برای گروه آزمایش آموزش مهارت های حل مسئله شناختی-اجتماعی به مدت ده جلسه یک و نیم ساعته ارائه شد؛ اما گروه گواه هیچ گونه درمانی دریافت نکرد. برای تحلیل داده ها، آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیری (مانکوا) با استفاده از نرم افزار SPSS نسخه 23 در سطح معناداری 0,05 به کار رفت. یافته ها: نتایج نشان داد، پس از تعدیل نمرات پیش آزمون، بین گروه های آزمایش و گواه در مولفه های خشم، خلق افسرده و اضطراب تفاوت معناداری وجود داشت (0,001). $p >$ همچنین نتایج مجذور اتا نشان داد، 45 درصد، 50 درصد و 57 درصد از تغییرات به ترتیب خشم، خلق افسرده و اضطراب ناشی از مداخله آموزشی بوده است. نتیجه گیری: باتوجه به یافته های این پژوهش نتیجه گیری می شود، آموزش مهارت های حل مسئله شناختی-اجتماعی بر کنترل عواطف نوجوانان دختر دارای رفتارهای پرخطر اثربخشی دارد.

2- پژوهش دیگری با عنوان « بررسی میزان اثربخشی آموزش درس ریاضی با رویکرد حل مسئله بر پیشرفت تحصیلی و مهارت حل مسئله» توسط عسکری رباطی و کالکی زری انجام شد. پژوهش حاضر با هدف بررسی تأثیر آموزش درس ریاضی به روش حل مسئله

بر پیشرفت تحصیلی در درس ریاضی و مهارت حل مسئله دانش آموزان کلاس سوم ابتدایی انجام گرفت. جامعه آماری این پژوهش شامل 3350 دانش آموز دختر کلاس سوم ابتدایی شهرستان ملارد است. نمونه های مورد مطالعه شامل 70 دانش آموز دختر از میان دانش آموزان دختر پایه سوم ابتدایی بود که با روش نمونه گیری خوشه ای چند مرحله ای انتخاب شدند و به روش تصادفی در گروه های آزمایشی و کنترل قرار گرفتند. این پژوهش نیمه تجربی بوده و برای آن از طرح آزمون مقدماتی و نهایی با گروه کنترل استفاده شده است. ابزار مورد استفاده پیش آزمون و پس آزمون بودند. گروه آزمایش حدود 8 هفته درس ریاضی را به روش حل مسئله آموزش دیدند ولی گروه کنترل به روش سنتی تحت آموزش قرار گرفتند. پس از خاتمه دوره، پس آزمون اجرا شد. نتایج به دست آمده نشان داد میزان پیشرفت تحصیلی و مهارت حل مسئله بین دانش آموزانی که به روش حل مسئله آموزش دیدند با دانش آموزانی که به روش سنتی این درس را گذرانده اند، تفاوت معنادار وجود دارد.

3- پژوهش دیگری با عنوان «اثربخشی آموزش رفتارهای سالم (با تأکید بر حل مسئله) بر سبک های حل مسئله و راهبردهای مقابله ای سازنده در نوجوانان دانش آموز» توسط آقای فرنام انجام شد. هدف این پژوهش بررسی تأثیر آموزش رفتارهای سالم بر سبک های حل مسئله و راهبردهای مقابله ای سازنده در دانش آموزان ناحیه 2 آموزش و پرورش زاهدان بود. جامعه آماری پژوهش تمامی دانش آموزان پسر دوره متوسطه بودند. یکی از دبیرستان ها به صورت تصادفی ساده انتخاب و پیش آزمون در پایه سوم اجرا گردید. سپس 50 نفر از دانش آموزانی که کمترین نمره را کسب کرده بودند انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه جایگزین شدند. طرح پژوهش آزمایشی از نوع پیش آزمون-پس آزمون و پیگیری با گروه گواه بود. گروه آزمایش آموزش رفتارهای سالم با تأکید بر حل مسئله را در 10 جلسه 90 دقیقه ای (دو ماه) دریافت نموده و گروه گواه در این مدت هیچ آموزشی را دریافت نکردند. پس از اتمام جلسات، پس آزمون و دو ماه بعد از اتمام جلسات، پیگیری اجرا گردید. برای جمع آوری اطلاعات از مقیاس سبک های حل مسئله (PSS) و مقیاس راهبردهای مقابله ای نوجوانان (ACS) استفاده شد. داده ها با بهره گیری از آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیری و تک متغیری تحلیل گردید. نتایج نشان داد که آموزش رفتارهای سالم با تأکید بر حل مسئله در مرحله پس آزمون و پیگیری در افزایش سبک های حل مسئله سازنده و مقابله سازش یافته مؤثر بوده است ($P < 0/00.01$) هدف این پژوهش بررسی تأثیر آموزش رفتارهای سالم بر سبک های حل مسئله و راهبردهای مقابله ای سازنده در دانش آموزان ناحیه 2 آموزش و پرورش زاهدان بود. جامعه آماری پژوهش تمامی دانش آموزان پسر دوره متوسطه بودند. یکی از دبیرستان ها به صورت تصادفی ساده انتخاب و پیش آزمون در پایه سوم اجرا گردید. سپس 50 نفر از دانش آموزانی که کمترین نمره را کسب کرده بودند انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه جایگزین شدند. طرح پژوهش آزمایشی از نوع پیش آزمون-پس آزمون و پیگیری با گروه گواه بود. گروه آزمایش آموزش رفتارهای سالم با تأکید بر حل مسئله را در 10 جلسه 90 دقیقه ای (دو ماه) دریافت نموده و گروه گواه در این مدت هیچ آموزشی را دریافت نکردند. پس از اتمام جلسات، پس آزمون و دو ماه بعد از اتمام جلسات، پیگیری اجرا گردید. برای جمع آوری اطلاعات از مقیاس سبک های حل مسئله (PSS) و مقیاس راهبردهای مقابله ای نوجوانان (ACS) استفاده شد. داده ها با بهره گیری از آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیری و تک متغیری تحلیل گردید. نتایج نشان داد که آموزش رفتارهای سالم با تأکید بر حل مسئله در مرحله پس آزمون و پیگیری در افزایش سبک های حل مسئله سازنده و مقابله سازش یافته مؤثر بوده است ($P < 0/0001$).

4- در تحقیق دیگری تحت عنوان اثربخشی آموزش مهارت حل مسئله بر کیفیت زندگی دانش آموزان مقطع متوسطه انجام شد. یافته های این پژوهش نشان داد فرضیه پژوهش مورد تأیید می باشد و آموزش مهارت حل مسئله بر کیفیت زندگی دانش آموزان دبیرستان تأثیر دارد ($p < 0/05$) نتیجه گیری: آموزش مهارت حل مسئله می توان جهت بهبود مشکلات دانش آموزان از جمله افزایش کیفیت زندگی آنها استفاده نمود.

5- پژوهش دیگری با عنوان «تأثیر آموزش رباتیک بر مهارت های حل مسئله درس فیزیک دانش آموزان متوسطه اول» توسط بادله و همکاران انجام شد. بر اساس یافته های این پژوهش دانش آموزان با تکنولوژی و رباتیک احساس راحتی بیشتری می کنند، چون این فناوری، حس کنجکاو آن ها را برطرف می کند. دنیای رباتیک، تلفیقی از الکترونیک، مکانیک، نرم افزار و سخت افزار می باشد که همواره در حال پیشرفت است. به عبارت دیگر، رباتیک یک دستگاه الکترومکانیکی یا یک نرم افزار هوشمند برای جایگزینی با انسان، با هدف انجام

وظایف گوناگون است. یک ماشین که می تواند برای عمل به دستورات گوناگون برنامه ریزی گردد یا یک سری کارهای ویژه را انجام دهد، به خصوص آن دسته از امور که فراتر از توانایی های طبیعی و سرشتی بشر باشند. رباتیک، به علت داشتن ماهیت بین رشته ای، دارای رویکرد جذابی در آموزش است، زیرا نیازمند تخصص در رشته های ریاضیات و زیباشناسی است که ریاضیات سبب تقویت تفکر حل مسئله و زیباشناسی سبب تقویت تفکر خلاق می گردد. بنابراین می توان بیان کرد که رباتیک بر تفکرات حل مسئله و خلاق دانش آموزان موثر است. هدف پژوهش حاضر تاثیر آموزش رباتیک بر مهارت های حل مسئله در درس فیزیک دانش آموزان دوره ی متوسطه اول می باشد. روش ها این پژوهش نیمه آزمایشی و از نوع علی-مقایسه ای است و جامعه ی آماری آن شامل تمامی مدارس عضو طرح آموزشی رباتیک شهر تهران می باشد. به روش نمونه گیری خوشه ای، از بین 5 منطقه ی تهران، یک منطقه و سپس به طور تصادفی از بین مدارس آن، 6 مدرسه با 173 دانش آموز انتخاب و به صورت هدفمند تعداد 120 دانش آموز از بین آن ها انتخاب شدند. ابزار پژوهش شامل پرسشنامه ی محقق ساخته ی سنجش مهارت های حل مسئله و بسته ی آموزش سازه های رباتیک در درس فیزیک بوده است که روایی آن با روش روایی محتوایی توسط متخصصین رباتیک و اساتید آزمون ساز تایید و پایایی آن با استفاده از آلفای کرونباخ، 0/95 بدست آمد. جهت تجزیه و تحلیل داده ها از SPSS در دو سطح آمار توصیفی (شاخص های مرکزی و پراکندگی) و آمار استنباطی (آزمون تی (t) مستقل، تحلیل واریانس و تحلیل کواریانس) استفاده شد. یافته ها: پژوهش نشان داد که بین آموزش رباتیک و مهارت های حل مسئله ی دانش آموزان رابطه ی معنادار و مثبتی وجود دارد. همچنین رابطه ی معناداری بین تاثیر آموزش رباتیک و مهارت های حل مسئله در بین دانش آموزان دختر و پسر وجود نداشته و تفاوتی بین آن ها مشاهده نمی شود. نتیجه گیری آموزش رباتیک بر مهارت های حل مساله دانش آموزان تاثیر مثبت و معناداری دارد. پژوهش حاضر همانند هر پژوهش دیگر با محدودیت هایی همانند استفاده ی تنها از یکی از ابزار های تحقیق، یعنی پرسشنامه و عدم استفاده از سایر ابزارها و محدودیت هایی جغرافیایی و دوره ی تحصیلی و هزینه های آموزشی و ساخت ربات، نیازمندی به تجهیزات کارگاهی پیشرفته، در دسترس نبودن نرم افزارهای اصل و استاندارد مواجه بود. بنابراین پیشنهاد می شود که پژوهش حاضر در سایر مناطق جغرافیایی و در دوره های تحصیلی مختلف و در مکان های با امکانات پیشرفته ی مهندسی عملیاتی گردد تا قدرت تعمیم یافته ها افزایش یابد. براساس یافته های حاصل از این پژوهش، پیشنهاد می شود ترتیبی داده شود تا در زمینه ی تاثیر رباتیک بر انگیزه و یادگیری دانش آموزان، تحقیقات بیشتری صورت گرفته و بتوان با کسب اطلاعات دقیق راهکار هایی در جهت استفاده ی صحیح از آموزش رباتیک ارائه داد. علاوه بر این پیشنهاد می گردد، شیوه های آموزش رباتیک در کشور های دیگر جهت ارتقای تاثیرگذاری آموزش رباتیک بر دانش آموزان مورد توجه قرار گیرد.

6- تحقیق دیگری تحت عنوان تاثیر آموزش ریاضی به روش جورج پولیا بر مهارت حل مساله و پیشرفت تحصیلی ریاضی دانش آموزان توسط خانم دارش و همکاران در سال 1397 انجام شد. یافته های پژوهش نشان داد که آموزش مهارت حل مساله به دانش آموزان بر پیشرفت تحصیلی ریاضی آنان تاثیر مثبت دارد. همچنین، نتایج حاکی از تاثیر آموزش بر درک و فهم، بازنگری و انتخاب راهبرد بود. بر پایه این نتایج، می توان گفت مهارت در حل مساله، امری آموختنی است و باید این مهارت آموزش داده شود تا پیشرفت تحصیلی به ویژه در درس ریاضی حاصل گردد. آموزش این مهارت می تواند بخش مهمی از ناکامی دانش آموزان در پیشرفت تحصیلی در درس ریاضی را جبران نماید.

7- در پژوهش دیگری تحت عنوان « اثربخشی آموزش مهارت های دهلیزی بر عملکرد مهارت های حل مسئله دانش آموزان دختر با مشکلات ریاضی » توسط عابدی و همکاران انجام شد. بر مبنای یافته های این تحقیق آموزش مهارت های دهلیزی بر عملکرد مهارت های حل مسئله باعث افزایش نمرات ریاضی دانش آموزان دختر با مشکلات ریاضی شده و آموزش مهارت های دهلیزی بر عملکرد مهارت های حل مسئله باعث افزایش نمرات حرکتی با توجه به کارکرد مهارت های حرکتی ظریف و درشت در دانش آموزان دختر با مشکلات ریاضی شده است.

8- در تحقیق دیگری که توسط حسین زاده و همکاران در خصوص بررسی ضرورت آموزش حل مسئله به کودکان و دانش آموزان ابتدایی انجام شد نتایج این تحقیق نیز نشان داد که کودکان نیز مانند بزرگسالان هر روز با مشکلاتی مواجه هستند پس به جای اینکه مدام آنها را از مخرجه نجات دهید، به کودک خود فرصت دهید تا مشکلاتش را خودش حل کند. هنگامی که کودک به مدرسه می رود، از مهارت های

حل مسئله در موقعیت های جدید اجتماعی استفاده می کند و همچنین از آنها در جهت یادگیری های آموزشی و تحصیلی نیز کمک می گیرد. یک کودک با قابلیت خوب مهارت های حل مسئله، قادر به استفاده از ابتکار خود خواهد بود و می تواند عواقب تصمیمات و اقدامات خود را در مدرسه بسنجد. او از کارها و وظایف جدید نخواهد ترسید بلکه در عوض با خودباوری تمام تلاش خود را می کند تا آن را انجام دهد.

9- در پژوهش دیگری که توسط خانم نادری و همکاران تحت عنوان « تاثیر آموزش مهارت حل مسئله تریز بر تفکر خلاق و انتقادی دانش آموزان دوره دوم ابتدایی» به انجام رسید. یافته های شان داد بین گروه آزمایش و گروه کنترل تفاوت معنادار وجود دارد و بین تمامی ابعاد تفکر انتقادی (درک معنای یک عبارت، تشخیص ابهام در نحوه استدلال، نتیجه گیری منطقی و درک هماهنگی، نتیجه گیری موجه، پیروی از یک اصل و قاعده یا قانون، صحت و مقبول بودن منابع و مآخذ یک ادعا) و ابعاد تفکر خلاق (ابتکار، بسط، سیالی و انعطاف پذیری) تفاوت وجود دارد. میانگین نمرات تفکر انتقادی و تفکر خلاق در گروه آزمایش به طور معنی داری نسبت به گروه کنترل افزایش پیدا کرده بود.

10- پژوهش دیگری تحت عنوان « تاثیر آموزش حل مسئله خانواده/ مدرسه محور بر سبک های حل مسئله دانش آموزان دوره ابتدایی» توسط کاکابری به انجام رسید. بر مبنای یافته های این تحقیق آموزش حل مسئله خانواده/مدرسه محور بر سبک های حل مسئله دانش آموزان اثربخش است، بنابراین استفاده از این شیوه به عنوان یک برنامه پیش گیرانه به والدین و معلمان در اتخاذ سبک حل مسئله کارآمد از سوی دانش آموزان، از اهمیت فراوانی برخوردار است.

بر اساس یافته های تحقیقات فوق، پژوهش حاضر از نظر تاکید بر آموزش حل مسئله در بین دانش آموزان دبیرستانی دارای وجه مشابه است. اما با توجه به اینکه تحقیق حاضر در سال قبل انجام شده است، نتایج آن جدید و قابل تعمیم به سایر دبیرستان های شهر تهران است. علاوه بر این در این تحقیق از روش شناسی علمی و تجربی به منظور جمع آوری اطلاعات نیز استفاده شده است.

2 روش شناسی پژوهش:

جامعه آماری: جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دانش آموزان مقطع دبیرستان دبیرستان در شهر تهران در سال تحصیلی 1402-1401 می باشد.

حجم نمونه و روش نمونه گیری: در این پژوهش با استفاده از روش نمونه گیری خوشه ای چند مرحله ای نمونه ای به حجم 100 نفر از بین جامعه آماری پژوهش انتخاب و به صورت گمارش تصادفی در دو گروه آزمایش (50 نفر) و گروه کنترل (50 نفر) گمارده شدند.

ابزار پژوهش:

راهنمای پرسشنامه مهارت های اجتماعی نوجوانان (ایندر بیکزن و فوستر). این پرسشنامه حاوی 39 عبارت 5 گزینه ای است که آزمودنی پاسخ خود را در باره هر عبارت در دامنه ای از گزینه هایی که اصلاً صدق نمی کند تا همیشه صدق می کند ابراز می نماید. پایایی این پرسشنامه را امینی (1378) در شهر تهران برای دانش آموزان دختر دوم راهنمایی برای گزاره های مثبت و منفی به ترتیب 71 درصد و 61 درصد گزارش کرده است

3 یافته‌های پژوهش

جدول 1: توزیع فراوانی مربوط به تعداد آزمودنی‌ها در دو گروه

گروه	فراوانی	فراوانی درصدی	فراوانی جمععی
آزمایش	50	50	50
گواه	50	50	100
مجموع	100	100	

همان‌طور که مشاهده می‌شود تعداد آزمودنی‌ها در دو گروه آزمایش و گواه برابر می‌باشد.

جدول 2: توزیع فراوانی مربوط به تعداد آزمودنی‌ها در دو گروه

متغیر	گروه	تعداد	میانگین تعدیل شده	انحراف استاندارد تعدیل شده
مهارت حل مسئله	آزمایش	50	103/2	4/33
	گواه	50	64/39	4/33

همان‌طور که مشاهده می‌شود میانگین تعدیل شده نمره روابط اجتماعی موثر در گروه آزمایش، بیشتر از گروه گواه مشاهده می‌گردد

جدول 3: تجزیه و تحلیل استنباطی داده‌ها.

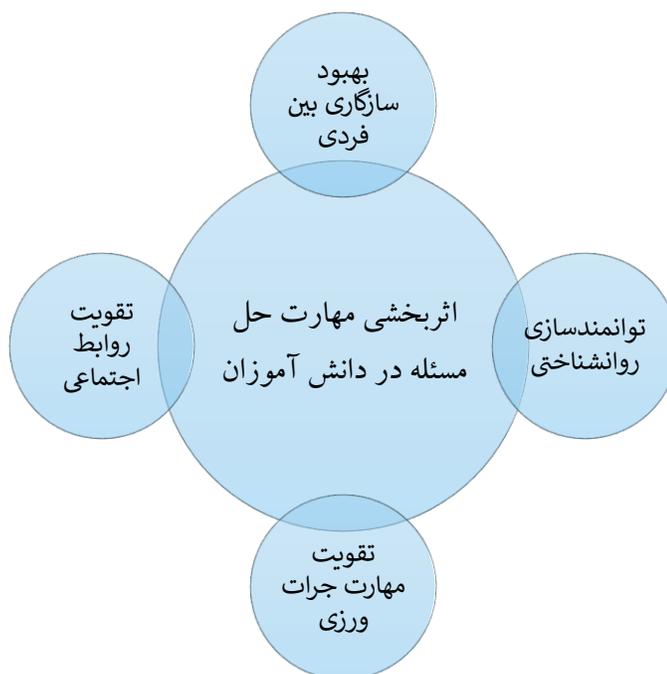
متغیر	منبع	مجموع مجذورات	DF	میانگین مجذورات	F مقدار	سطح معناداری	ضریب اثر
مهارت حل مسئله	گروه	144/236	1	144/236	32/541	0/00	0/400

بر اساس یافته‌های این جدول مهارت حل مسئله تاثیر قابل توجهی در بهبود مهارت‌های دانش آموزان دبیرستانی داشته است و بر همین اساس ضروری است که به عنوان یک راهبرد موثر در برنامه‌های آموزشی مورد نظر قرار بگیرد و در دبیرستان‌ها به صورت جدی به ابعاد آن پرداخته شود.

4 نتیجه‌گیری

با توجه به نتایج و ادبیات این پژوهش می‌توان نتیجه گرفت که یکی از گروه‌های که نیاز شدیدی به آموزش حل مساله دارد دانش آموزان می‌باشند، چرا که به دلیل تغییرات هورمونی و رشد جسمانی و روانی در این سن مدام در حال تغییر و عوض کردن نقش‌ها تا رسیدن به نقش و هویت دلخواه خود هستند، مشکلات ارتباطی به خاطر عدم آموزش مهارت حل مساله نه تنها موجب ناراحتی دانش آموزان میشوند بلکه در عملکرد و روابط اجتماعی فرد با والدین، اعضای خانواده و اولیای مدرسه کنند اختلال ایجاد می‌نماید این تحقیق نشان داد که آموزش مهارت حل مساله می‌تواند در جهت بهبود شرایطی که به دلیل عدم آموزش این مساله در بین دانش آموزان به وجود آمده است کمک کند از نتایج این پژوهش چنین بر می‌آید که برخی از مشکلات دانش آموزان از جمله مشکلاتی همچون؛ مشکل در برقراری ارتباط با والدین، مشکل در برقراری ارتباط با همسالان مشکل در برقراری ارتباط با خواهران و برادران

مشکل در برقراری ارتباط با اولیای مدرسه را می توان با آموزش مهارت حل مساله به این افراد حل نمود. همچنین نتایج این تحقیق نشان داد که آموزش مهارت مساله می تواند در بهبود سازگاری بین فردی و روابط اجتماعی موثر کمک کند و این متغیر ها را به طور معناداری افزایش دهد بر این اساس ضروری است که در همه مقاطع تحصیلی اجرای این برنامه مورد نظر قرار بگیرد. یافته های این پژوهش با تحقیق حاج عبدالهی (1388)، حسین زاده ملک (1402)، خاکپور و همکاران (1401) و فرنام (1395) تشابه در زمینه تاثیرگذاری آموزش حل مسئله مشابه است. اما از جهت تمرکز بر آموزش مهارت حل مسئله و تاکید بر رویکرد پیشگیری از بروز آسیب های اجتماعی در بین دانش آموزان با تاکید بر دانش آموزان دبیرستانی دارای وجه افتراق می باشد و لذا این پژوهش از این نظر دارای یافته های متمایز با پژوهش های پیشین است. در این راستا نیز معلمان مقطع دبیرستان می توانند نقش بسزایی از طریق آموزش این مهارت داشته باشند. لذا به عنوان یک راهبرد موثر آموزشی در کنار سایر مهارت های اجتماعی و زندگی و در قالب برگزاری کارگاههای آموزشی و در کلاس ها مورد بهره برداری قرار بگیرد.



شکل 1. خلاصه نتایج تاثیر آموزش مهارت حل مسئله در بین دانش آموزان

5 منابع:

- بادله، علیرضا، نصرت، نوشافرین، و سلیمانی راد، وحیده. (1399). تاثیر آموزش ربانیک بر مهارت های حل مسئله درس فیزیک دانش آموزان متوسطه اول. فناوری آموزش (فناوری و آموزش)، 14(2) (پیاپی 54)، 331-340. SID. <https://sid.ir/paper/375009/fa>
- حاج عبدالهی، مینا (1388)، پایان نامه برای اخذ درجه کارشناسی ارشد با عنوان رابطه بین جو اجتماعی مدرسه با پرورش مهارت های اجتماعی در بین دانش آموزان دختر
- حسین زاده ملک، بهمن و نظامی آغویه، میلاد و جعفری گلدرق، حسین و حسین زاده ملک، یوسف (1402)، بررسی ضرورت آموزش حل مسئله به کودکان و دانش آموزان ابتدایی، پانزدهمین کنفرانس ملی حقوق، علوم اجتماعی و انسانی، روانشناسی و مشاوره، شیروان، <https://civilica.com/doc/1950821>
- خاکپور، نعیمه، محمدزاده ادملایی، رجبعلی، صادقی، جمال، و نازک تبار، حسین. (1401). اثربخشی آموزش مهارت های حل مسئله شناختی-اجتماعی بر کنترل عواطف نوجوانان دختر دارای رفتارهای پرخطر. مطالعات ناتوانی، 12(0)، 0-0. SID. <https://sid.ir/paper/1123963/fa>
- دارش، نسرين و شاهی، سکینه و رضوی، سیدعباس (1397) تاثیر آموزش ریاضی به روش جورج پولیا بر مهارت حل مساله و پیشرفت تحصیلی ریاضی دانش آموزان، <https://civilica.com/doc/1891944>
- رباطی عسکری، غلامحسین، خلیلی کالکی، زری (1402)، بررسی میزان اثربخشی آموزش درس ریاضی با رویکرد حل مسئله بر پیشرفت تحصیلی و مهارت حل مسئله، نشریه پویا در آموزش، دوره 9، شماره 1، صفحات 49-39
- صابری مهر، محبوبه. (1399). اثربخشی آموزش مهارت حل مسئله بر کیفیت زندگی دانش آموزان مقطع متوسطه. کنفرانس ملی علوم اجتماعی و روان شناسی ایران. SID. <https://sid.ir/paper/900861/fa>
- عابدی، سمیه، استکی، مهناز، و کشاورزی ارشدی، فرناز. (1392). اثربخشی آموزش مهارت های دهلیزی بر عملکرد مهارت های حل مسئله دانش آموزان دختر با مشکلات ریاضی. کنگره سراسری روانشناسی کودک و نوجوان. SID. <https://sid.ir/paper/829606/fa>
- فرنام، علی. (1395). اثربخشی آموزش رفتارهای سالم (با تأکید بر حل مسئله) بر سبک های حل مسئله و راهبردهای مقابله ای سازنده در نوجوانان دانش آموز. مطالعات روانشناسی تربیتی، 13(24)، 89-108. SID. <https://sid.ir/paper/188659/fa>
- کاکابرایی، کیوان. (1398). تاثیر آموزش حل مسئله خانواده/مدرسه محور بر سبک های حل مسئله دانش آموزان دوره ابتدایی. سلامت روان کودک (روان کودک)، 6(1)، 14-27. SID. <https://sid.ir/paper/258331/fa>
- نادری، مریم، صفری، اکرم، و قشلاقی، شهلا. (1400). تاثیر آموزش مهارت حل مسئله تریز بر تفکر خلاق و انتقادی دانش آموزان دوره دوم ابتدایی. پویا در آموزش علوم انسانی، 7(22)، 77-96. SID. <https://sid.ir/paper/950173/fa>

-Shaftel, F. R., and shaftel, G. (2449); Role-playing for social values: Decision making in the social studies. Englewood cliffs, N.J. : prentice- Hall.

-Shahler, P., Varni, e., Fairclough., S, and Buther, V. (2442). Problem-solving deficits, dependency and depressive and anxiety sympions, congntive therapy and research Sharma, T., and et. al., (2448); Review of social congntive problem-sovling interventions with children. Psychological Bulletin, 88, 144-197

- Tellado, G. S. et.al. (2447). An evaluation case: the implementaion and evaluation of a problem-solving training program for adolescents. Evaluationa and program planning, 3(2), 134-188

-Weissberg, R. P., Gesten, E. L., Leibern, nol., doherty, shehmid and Hotton, H (2447); the rockestersocial, problem solving program. A. Training mental for teacher of and 3 the grade children, N, Y. university of Rochester