

مقایسه تاثیر آموزش مهارت‌های اجتماعی و مهارت‌های زندگی (جرات ورزی، حل مساله و کنترل خشم) بر آمادگی به اعتیاد، پرخاشگری و تغییر نگرش نسبت به مصرف مواد در دانش آموزان دختر پایه نهم

ساسان باوی^{۱*}

سپه‌یلا استادعباسی^۲

چکیده

هدف از پژوهش حاضر، مقایسه تاثیر آموزش مهارت‌های اجتماعی و مهارت‌های زندگی (جرات ورزی، حل مساله و کنترل خشم) بر آمادگی به اعتیاد، پرخاشگری و تغییر نگرش نسبت به مصرف مواد در دانش آموزان دختر پایه نهم شهر اهواز بود. روش پژوهش حاضر از نوع نیمه آزمایشی میدانی با پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه گواه بود. جامعه آماری کلیه دانش آموزان دختر پایه نهم شهر اهواز در نیمسال تحصیلی ۹۸-۹۹ که به روش نمونه‌گیری تصادفی چندمرحله‌ای ۶۰ نفر دختر انتخاب و به صورت تصادفی در سه گروه (آزمایشی ۱، ۲ و گروه گواه) گمارده شدند. ابزارهای مورد استفاده عبارت بودند از: مقیاس آمادگی به اعتیاد وید و بوچر (۱۹۹۲)، پرسشنامه نگرش سنج اعتیاد رضایی، دلاور و نجفی (۱۳۹۱) و مقیاس پرخاشگری اهواز زاهدی فر، نجاریان و شکر کن (۱۳۷۹). جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از آمار توصیفی (میانگین) و آمار استنباطی (مانکوا، تجزیه و تحلیل واریانس یکراهه) استفاده شد. همچنین از نرم افزار SPSS نسخه ۲۰ استفاده شد. نتایج نشان داد که آموزش مهارت‌های اجتماعی و مهارت‌های زندگی تاثیر معنی‌داری بر کاهش آمادگی به اعتیاد، تغییر نگرش نسبت به مواد و کاهش پرخاشگری دانش آموزان داشته است. همچنین، آموزش مهارت‌های زندگی تاثیر معنی‌داری بیشتری نسبت به آموزش مهارت‌های اجتماعی بر کاهش آمادگی به اعتیاد، تغییر نگرش نسبت به مصرف مواد و پرخاشگری دانش آموزان داشته است. می‌توان نتیجه گرفت که آموزش مهارت‌های اجتماعی و مهارت‌های زندگی به دانش آموزان در پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی به ویژه، اعتیاد نقش بسزایی دارد.

واژه‌های کلیدی: مهارت‌های اجتماعی، مهارت‌های زندگی، جرات ورزی، حل مساله، کنترل خشم، آمادگی به اعتیاد، پرخاشگری

۱. نویسنده مسئول: استادیار گروه روانشناسی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران. sasanbavi@gmail.com
۲. کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران. ostadabasisoheial@gmail.com

مقدمه

توجه صرف نظام آموزشی به افزایش سطح علمی دانش آموزان در سالهای گذشته سبب شد تا افراد با وجود دارا بودن دانش علمی کافی قادر به برقراری ارتباط مناسب با اجتماع نبوده و تواناییهای لازم را برای رویارویی با مشکلات زندگی کسب نمایند. همین امر آنان را در مواجهه با مسائل و مشکلات زندگی روزمره آسیب پذیر کرده و سبب بروز بسیاری از مشکلات بهداشتی، اختلالات روانی، عاطفی و اجتماعی شده است. بسیاری از این افراد قادر به استفاده از آموخته‌های خود نیستند. تواناییهای لازم را برای حل مسائل خود ندارند و قادر به تصمیم‌گیری صحیح در مورد مسائل شخصی و اجتماعی خود نیستند (موسوی، ۱۳۸۸).

امروزه در اکثر کشورها، همچنین کشور ایران سن ابتلا به اعتیاد کاهش یافته، ضمن اینکه عوارض مختلفی نیز به جا گذاشته و از آنجا که روشهای درمانی نیز کارایی چندانی نداشته‌اند. برنامه ریزی، تدوین و اجرای روشهای پیشگیرانه می‌تواند ثمر بخش باشد. در قرن حاضر، جوامع بشری به خصوص در رده سنی نوجوانان و جوانان با مشکل بزرگ اجتماعی روانی سوء مصرف مواد و «وابستگی» مواجه هستند. علی‌رغم کوشش‌های فراوان و هزینه‌های سنگین مبارزه با آن، هنوز راه حل مناسب و قابل قبولی به دست نیامده است. در حال حاضر، مطالعات فراوانی نشان داده است که شروع مصرف زود هنگام مواد در دوره نوجوانی خطرات و مشکلاتی چون وابستگی و پر خاشگری را افزایش داده است (دهقانی و مصرآبادی، ۱۳۹۷). آموزش مهارت‌های اجتماعی بر طیف وسیعی از عوامل سبب ساز رفتارهای پر خطر از قبیل خشونت، مصرف الکل و مواد موثر است (کوپر^۱، ۲۰۱۳). همچنین، آموزش مهارت‌های زندگی به خصوص مهارت‌های ابراز وجود، حل مساله و کنترل خشم در سالم سازی روان و فکر نوجوان موثر بوده است و نقش بسزایی در کاهش مصرف مواد داشته است (نارنجی‌ها، ۱۳۸۱). یکی از مهمترین استراتژیها در پیشگیری از اعتیاد تغییر نگرشهای مثبت و تثبیت نگرشهای منفی نسبت به مصرف مواد مخدر است. نگرش یعنی باورهای فرد در مورد نتیجه و عاقبت هر کار و ارزشی که فرد برای این نتیجه قائل است. نگرشها دلایل منطقی بروز رفتارهای هر فرد خاص می‌باشد (پورچناری و گلزاری، ۱۳۹۴). دهقانی، بدری و فتحی آذر (۱۳۹۵) در پژوهش خود نشان دادند آموزش مهارت‌های زندگی باعث کاهش اعتیاد پذیری دانش آموزان پسر می‌شود. همچنین، کاکیا (۱۳۸۹) در پژوهشی نشان داد که آموزش مهارت‌های اجتماعی و هیجانی باعث کاهش اعتیاد پذیری و آمادگی به اعتیاد در دانش آموزان دختر نوجوان می‌شود. بعلاوه، در پژوهشی باقری (۱۳۸۱) نشان داد که آموزش مهارت‌های زندگی بر تغییر نگرش نسبت به مواد در دانش آموزان دختر نوجوان موثر بوده است. رحمتی (۱۳۹۴) نیز در پژوهشی نشان داد که آموزش مهارت‌های اجتماعی باعث کاهش آمادگی به اعتیاد و تغییر نگرش دانش آموزان دختر پایه هشتم شده است. همچنین، نتایج پژوهش افشارنیا، آقایی، رضایی و حسینی در که (۱۳۹۱) که بر روی دانش آموزان پسر دبیرستانی کرمانشاه انجام گرفت، نشان دادند که آموزش مهارت‌های زندگی در گروه آزمایش باعث کاهش نمره تغییر نگرش دانش آموزان نسبت به سوء مصرف مواد مخدر می‌گردد. طارمیان (۱۳۸۷) و عبدالله پور (۱۳۸۷) نیز تأثیر آموزش از طریق مهارت‌های زندگی در تغییر نگرش نوجوانان به اعتیاد را معنادار دانستند. زولینگر، سیول و وولدریج^۲ (۲۰۱۷) در یک مطالعه به بررسی اثر آموزش مهارت‌های زندگی بر دانش، نگرش و

1. Cooper

2. Zollinger, Saywell & Wooldridge

توانایی دانش‌آموزان مدارس راهنمایی در انتخاب سبک زندگی سالم پرداختند. نتیجه این پژوهش نشان داد دانش‌آموزانی که در برنامه آموزش مهارت‌های زندگی شرکت کرده بودند در مقایسه با آنهایی که شرکت نکرده بودند کمتر سیگار می‌کشیدند. بعلاوه، اسپیت، ویچالد، سیلبیریسن و ویسنر^۱ (۲۰۱۰) نشان دادند که آموزش مهارت‌های زندگی بر تغییر نگرش دانش‌آموزان نسبت به سوءمصرف مواد و الکل بر نوجوانان پسر تغییر ایجاد می‌کند. بنابراین، با توجه به شیوع روزافزون مصرف مواد در بین نوجوانان، و تاثیر غیر قابل انکار آموزش مهارت‌های زندگی و مهارت‌های اجتماعی در پیشگیری و درمان اعتیاد، همچنین با عنایت به اینکه در زمینه مقایسه دو مداخله آموزشی مذکور پژوهش‌های اندکی صورت گرفته است، ضرورت انجام این پژوهش را ایجاب می‌کند. نتایج این پژوهش می‌تواند به خانواده‌ها، مشاوران، درمانگران، معلمان و مسئولان در جهت بهبود ویژگی‌های روانشناختی و اجتماعی نوجوانان در جهت پیشگیری از مصرف مواد مخدر و روان‌گردان کمک کند. در نتیجه این پژوهش در صدد پاسخ به این پرسش که آیا آموزش مهارت‌های اجتماعی و مهارت‌های زندگی بر آمادگی به اعتیاد، پرخاشگری و تغییر نگرش نسبت به مصرف مواد در دانش‌آموزان موثر است؟

روش پژوهش

مطالعه حاضر، یک طرح نیمه‌آزمایشی میدانی از نوع پیش‌آزمون، پس‌آزمون با گروه گواه است. جامعه آن کلیه دانش‌آموزان دختر پایه نهم شهرستان اهواز در نیمسال تحصیلی ۹۸-۹۹ می‌باشد که به روش نمونه‌گیری تصادفی چند مرحله‌ای، ابتدا از چهار ناحیه آموزش و پرورش به صورت تصادفی دو ناحیه، از هر ناحیه دو مدرسه از هر مدرسه دو کلاس و از هر کلاسی ۷ نفر و از یک کلاس ۱۱ نفر به صورت تصادفی انتخاب شدند که با توجه به پژوهش‌های مشابه، در مجموع ۶۰ نفر انتخاب شدند که به عنوان نمونه در نظر گرفته شدند. ۶۰ نفر به شکل تصادفی در سه گروه، گروه آزمایشی ۱ (۲۰ نفر)، گروه آزمایشی ۲ (۲۰ نفر) و گروه گواه (۲۰ نفر) گمارده شدند. به گروه آزمایشی ۱ آموزش مهارت‌های اجتماعی، گروه آزمایشی ۲ آموزش مهارت‌های زندگی و گروه گواه آموزشی داده نشد. ملاک‌های ورودی عبارتند از: نداشتن اختلال شدید روانی براساس ملاک‌های آماری و تشخیصی اختلالات روانی نسخه پنجم که توسط محقق انجام پذیرفت. همچنین، علاقه دانش‌آموز و رضایت والدین. بعلاوه، ملاک‌های خروجی عبارتند از: ابتلا به اختلالات روان‌پزشکی شدید یا بیماری‌های جسمی شدید که مانع شرکت در جلسات آموزش شود. نحوه اجرای پژوهش به این صورت بود که پس از دریافت معرفی‌نامه از سازمان آموزش و پرورش استان خوزستان به اداره آموزش و پرورش نواحی یک و چهار اهواز مراجعه و پس از بیان هدف پژوهش، نامه انجام پژوهش و همکاری با پژوهشگر دریافت شد. سپس به مدارس مدنظر مراجعه کرده و نمونه پژوهش را انتخاب و به سه گروه تقسیم شدند. گروه آزمایش ۱، دوازده جلسه یک ساعته آموزش مهارت‌های اجتماعی، گروه آزمایشی ۲، دوازده جلسه یک ساعته آموزش مهارت‌های زندگی دریافت کردند. همچنین، گروه گواه مداخله‌ای دریافت نکردند.

پروتکل درمانی آموزش مهارت‌های اجتماعی که بر مبنای نظر حسنوند، شریفی درآمدی، دلاور و علائی (۱۳۹۸) است. این مداخله برای ۱۲ جلسه یک ساعته طراحی شده است که محتوای آن به تفکیک جلسات در جدول ۱ ارائه شده است.

1. Spaeth, Weichold, Silbereisen & Wiesner

جدول ۱. محتوای آموزش مهارت‌های اجتماعی به تفکیک جلسات

جلسات	محتوا
اول	معارفه و آشنایی با اعضای گروه، بیان مقررات گروه، بحث در مورد اهمیت مهارت‌های اجتماعی
دوم	آموزش شیوه‌های مبادله تعارفات روزمره شروع گفتگو، ادامه مناسب و خاتمه دادن آن، گوش دادن همراه با تمرین
سوم	آموزش نحوه تقاضا کردن از دیگران، مهارت‌های مربوط به ابراز احساسات مثبت و منفی
چهارم	آموزش نحوه ابراز احساسات خاص، مانند: خشم، اندوه و تشریح تکنیک خودکنترلی با استفاده از الگو و تمرین
پنجم	تصمیم‌گیری‌های مناسب، طرز نه گفتن با تمرین و ارائه تکلیف
ششم	نحوه انتقادپذیری، مهارت معذرت‌خواهی همراه با تمرین
هفتم	آموزش و تمرین مشارکت و همکاری و کنار آمدن با مشکلات و بحران‌ها در روابط با همسالان و اعضای خانواده
هشتم	مسئولیت‌پذیری، ابراز نظر مثبت راجع به خود همراه با تمرین
نهم	چگونگی مواجهه و مساله‌گشایی
دهم	تشریح نحوه پذیرفتن و کنار آمدن با قوانین و مقررات در خانه، مدرسه یا جامعه
یازدهم	آموزش ابراز وجود
دوازدهم	جمع‌بندی و ارزشیابی از نتایج جلسات

پروتکل درمانی آموزش مهارت‌های زندگی که بر مبنای نظر رادفر و حمیدی (۱۳۹۰) است. این مداخله برای ۱۲ جلسه یک ساعته طراحی شده است که محتوای آن به تفکیک جلسات در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۲: خلاصه جلسات آموزش مهارت‌های زندگی به تفکیک جلسات

جلسات	محتوا
اول	معارفه و آشنایی با اعضای گروه، بیان مقررات گروه، بحث در مورد اهمیت مهارت‌های زندگی
دوم	آموزش شیوه‌های ابراز وجود، نه گفتن، تکنیک‌های مقاومت، با استفاده از الگو، نمایش و همراه با تمرین
سوم	آموزش مهارت حل مساله: آشنایی با مهارت حل مسئله و اهمیت کاربرد آن، آگاهی یافتن از اهداف قابل دسترس
چهارم	استفاده از روش بارش فکری برای یافتن راه حل‌ها و شیوه‌های رسیدن به اهداف، شناخت مختلف مراحل حل مساله و کاربرد بهترین راه حل
پنجم	آشنایی با نقش و اهمیت تصمیم‌گیری، تعریف تصمیم‌گیری، شناخت موقعیت‌های مختلف تصمیم‌گیری، آگاهی از شیوه‌های نادرست تصمیم‌گیری.
ششم	آشنایی با عوامل موثر در تصمیم‌گیری منطقی، شیوه‌های پرورش تصمیم‌گیری.
هفتم	آموزش شناخت هیجان‌ها و مهارت مهار خشم و پرخاشگری: شناخت هیجان‌های خود، به ویژه خشم و پرخاشگری، شناسایی نشانه‌های خشم و نقش افکار در ایجاد و حفظ خشم و همچنین شناسایی افکار غیر منطقی به هنگام خشم.
هشتم	آموزش مهارت‌های مقابله با تنیدگی: شناخت تنیدگی، فشار روانی و انواع آن، منابع تنیدگی و نحوه تاثیر آن بر انسان، شناخت راهکارهای کاهش تنیدگی
نهم	آموزش راههای مقابله با خشم و تکنیک‌های آرامش‌دهی
دهم	آموزش تن آرامی
یازدهم	جمع‌بندی و ارزشیابی از نتایج جلسات

ابزارهای پژوهش

- مقیاس آمادگی به اعتیاد^۱: پرسشنامه آمادگی اعتیاد توسط وید و بوچر^۲ (۱۹۹۲) ساخته شده است. این مقیاس در ایران توسط زرگر (۱۳۸۵) هنجاریابی گردیده است. این مقیاس شامل ۴۱ گویه که پنج گویه از آن دروغ سنج است بانمره گذاری از صفر کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم است. البته این شیوه نمره گذاری در سوالات شماره ۶، ۱۲، ۱۵ و ۲۱ معکوس خواهد شد. این مقیاس، دارای عامل دروغ سنج می‌باشد که شامل سوالات ۱۲، ۱۳، ۱۵، ۲۱ و ۳۳ است. دامنه نمرات از صفر تا ۱۰۸ می‌باشد. نمرات بالاتر به منزله آمادگی بیشتر فرد پاسخ دهنده به اعتیاد است. زرگر (۱۳۸۷) روایی این مقیاس را از طریق همبسته کردن ۰/۴۵ و پایایی آن را با آلفای کرونباخ ۰/۹۰ بدست آورده است. در پژوهش حاضر، پایایی آن از طریق آلفای کرونباخ ۰/۸۸ بدست آمد.

- مقیاس پرخاشگری اهواز^۳: این مقیاس توسط زاهدی فر، نجاریان و شکر کن (۱۳۷۹) ساخته شده است که دارای ۳۰ ماده است و سه خرده مقیاس خشم ۱۴ ماده، تهاجم ۸ ماده و لجاجت ۸ ماده را می‌سنجد. و آزمودنی‌ها باید به یکی از چهار گزینه «هرگز»، «به ندرت»، «گاهی اوقات» و «همیشه» پاسخ داده و به ترتیب بر اساس مقادیر ۰، ۱، ۲ و ۳ نمره گذاری می‌شود. به هر میزان نمره فرد بالا باشد نشانه بالا بودن میزان پرخاشگری است. نادری، پاشا و مکوندی (۱۳۸۶) پایایی این مقیاس را از طریق آلفای کرونباخ ۰/۸۸ و روایی آن از طریق همبسته کردن نمرات با آزمون پرخاشگری کالیفرنیا ۰/۷۳ بدست آوردند. در پژوهش حاضر، پایایی آن از طریق آلفای کرونباخ ۰/۸۹ بدست آمد.

- پرسشنامه نگرش سنج اعتیاد^۴: جهت سنجش نگرش نسبت به اعتیاد در دانش آموزان استفاده گردید که توسط رضایی، دلاور و نجفی (۱۳۹۱) این پرسشنامه شامل ۵۴ عبارت است که به صورت مقیاس لیکرت از عدد ۱ «کاملاً مخالفم» تا عدد ۵ «کاملاً موافقم» نمره گذاری می‌شود. نمره بیشتر در این پرسشنامه به معنای نگرش مثبت نسبت به اعتیاد است. این پرسشنامه دارای سه خرده مقیاس تمایل به مصرف، نگرش نسبت به اثرات مصرف و نگرش نسبت به خطرات مصرف مواد. حداقل و حداکثر نمره به ترتیب ۵۴- ۲۷۰ است. پایایی این پرسشنامه برای هر یک از خرده مقیاس‌ها با محاسبه ضریب آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس تمایل به مصرف مواد ۰/۹۱، برای خرده مقیاس نگرش نسبت به اثرات مصرف ۰/۹۰ و نگرش نسبت به خطرات مصرف ۰/۹۱ بدست آمد (رضایی و همکاران، ۱۳۹۱). در پژوهش حاضر، برای محاسبه پایایی خرده مقیاس‌ها و کل مقیاس از روش آلفای کرونباخ استفاده شد که برای خرده مقیاس تمایل به مصرف مواد ۰/۸۸، خرده مقیاس نگرش نسبت به اثرات مصرف ۰/۸۷، خرده مقیاس نگرش نسبت به خطرات مصرف ۰/۸۹ و کل آزمون ۰/۸۹ بدست آمد.

یافته‌ها

جدول ۳ میانگین و انحراف استاندارد پیش آزمون و پس آزمون آمادگی به اعتیاد، پرخاشگری و تغییر نگرش نسبت به مصرف مواد دانش آموزان به تفکیک گروه‌ها گزارش شد.

1. Addiction Preparation Scale
2. Wade & Butcher
3. Ahwaz Aggression Scale
4. Addiction Attitude Questionnaire

جدول ۳. میانگین و انحراف معیار آمادگی به اعتیاد، پرخاشگری و تغییر نگرش نسبت به مصرف مواد در دانش آموزان گروه‌های آموزش مهارت‌های اجتماعی (گروه ۱)، آموزش مهارت‌های زندگی (گروه ۲) و گواه (گروه ۳) در مراحل پیش آزمون و پس آزمون

متغیر	گروه‌ها	پیش آزمون		پس آزمون	
		میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
آمادگی به اعتیاد	گروه ۱	۹۹/۰۸	۱۶/۷۰	۵۲/۱۷	۱۰/۲۳
	گروه ۲	۹۷/۱۱	۱۲/۳۸	۳۴/۰۱	۶/۷۹
	گروه ۳	۹۶/۰۲	۱۰/۷۸	۹۵/۱۰	۱۰/۳۱
پرخاشگری	گروه ۱	۸۱/۱۵	۱۱/۱۵	۶۰/۰۷	۸/۷۰
	گروه ۲	۸۷/۰۶	۱۲/۵۷	۴۲/۱۸	۹/۱۷
	گروه ۳	۸۶/۳۵	۱۲/۳۴	۸۴/۱۳	۱۱/۶۵
تغییر نگرش نسبت به مصرف مواد	گروه ۱	۱۲۴/۷۸	۱۷/۱۳	۸۷/۵۹	۱۱/۴۰
	گروه ۲	۱۳۰/۵۶	۱۹/۱۲	۷۵/۴۳	۱۰/۰۶
	گروه ۳	۱۲۳/۱۴	۱۶/۰۲	۱۲۱/۶۸	۱۵/۲۳

پیش فرض‌های روش تحلیل مانکوا برقرار بودند. یعنی آزمون کولموگراف-اسمیرنوف برای هیچ یک از آنها معنی دار نبوده، لذا نرمال بودن متغیرها در مراحل پیش آزمون و پس آزمون تایید شد. آزمون‌های M باکس و لوین معنی دار نبودند، لذا به ترتیب فرض برابری ماتریس‌های کوواریانس و فرض برابری واریانس‌ها تایید شد. در جدول ۴ نتایج آزمون چند متغیری برای بررسی تاثیر آموزش مهارت‌های اجتماعی و مهارت‌های حل مساله بر آمادگی به اعتیاد، پرخاشگری و تغییر نگرش نسبت به مصرف مواد دانش آموزان گزارش شد.

جدول ۴. نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیری (مانکوا) روی نمره‌های پس آزمون آمادگی به اعتیاد، پرخاشگری و تغییر نگرش نسبت به مصرف مواد در گروه‌های آزمایشی و گواه

آزمون	ارزش	F	Df فرضیه	Df خطا	سطح معنی داری
اثر پیلایی ^۱	۰/۹۲۹	۱۹/۶۷	۶	۱۳۶	۰/۰۰۱
لامبدای ویلکز ^۲	۰/۱۱۵	۴۳/۴۴	۶	۱۳۴	۰/۰۰۱
اثر هتلینگ ^۳	۷/۲۸	۸۰/۱۷	۶	۱۳۲	۰/۰۰۱
بزرگترین ریشه روی ^۴	۷/۲۳	۱۶۳/۹۹	۳	۶۸	۰/۰۰۱

جدول ۴ نتایج آزمون‌های چندمتغیری را نشان می‌دهد که براساس آن هر چهار آزمون نشان داد که آموزش مهارت‌های اجتماعی و مهارت‌های زندگی حداقل بر یکی از متغیرهای آمادگی به اعتیاد، پرخاشگری و تغییر نگرش نسبت به مصرف مواد دانش آموزان اثر معنی داری داشته است. با توجه به اینکه آزمون چندمتغیری معنی دار است، لذا می‌توان به ارزیابی جداگانه تاثیر

متغیرهای مستقل بر هر یک از متغیرهای وابسته پرداخت. در جدول ۵ نتایج آزمون آنکوا در متن مانکوا برای نمره‌های پس آزمون متغیرهای وابسته گزارش شد.

جدول ۵. نتایج تحلیل کوواریانس تک متغیری در متن مانکوا مربوط به میانگین نمره‌های آمادگی به اعتیاد، پرخاشگری و تغییر نگرش نسبت به مصرف مواد

منبع	متغیر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی داری	اندازه اثر
	آمادگی به اعتیاد	۱۷/۸۷	۲	۸/۹۳	۲۰/۵۳	۰/۰۰۱	۰/۳۷
گروه	تغییر نگرش نسبت به مصرف مواد	۳۲۸۴/۱۶	۲	۱۶۴۲/۰۸	۱۲۹/۹	۰/۰۰۱	۰/۷۹
	پرخاشگری	۱۷۲۳۸/۵۳	۲	۸۶۱۹/۲۶	۱۴۱/۹۲	۰/۰۰۱	۰/۸۰

این یافته‌ها نشان می‌دهند که در متغیرهای وابسته (آمادگی به اعتیاد، پرخاشگری و تغییر نگرش نسبت به مصرف مواد) بین گروه‌های آموزش مهارت‌های اجتماعی، مهارت‌های زندگی و گواه تفاوت معنی دار دیده می‌شود. به معنای دیگر، هر دو مهارت‌های اجتماعی و مهارت‌های زندگی بر آمادگی به اعتیاد، پرخاشگری و تغییر نگرش نسبت به مصرف مواد موثر بوده است. برای اینکه دقیقاً مشخص شود که بین کدام یک از گروه‌های سه گانه در متغیرهای وابسته تفاوت وجود دارد از آزمون تعقیبی بنفرونی برای مقایسه میانگین‌های تعدیل یافته استفاده شد که نتایج آن در جدول ۶ مشاهده می‌شود. جدول ۶ نتایج آزمون تعقیبی بنفرونی برای مقایسه میانگین‌های تعدیل یافته متغیرهای پژوهش را در ۳ گروه نشان می‌دهد.

جدول ۶. نتایج آزمون تعقیبی بنفرونی برای مقایسه میانگین‌های تعدیل یافته آمادگی به اعتیاد، پرخاشگری و تغییر نگرش نسبت به مصرف مواد در گروه‌های آموزش مهارت‌های اجتماعی (۱)، مهارت‌های زندگی (۲) و گواه (۳)

متغیر	گروه‌های مورد مقایسه	میانگین‌های تعدیل یافته	تفاضل میانگین‌ها	انحراف معیار	سطح معنی داری
	گروه ۱ - گروه ۲	۵۰/۲۴ و ۳۲/۱۸	۱۸/۰۶	۰/۳۲۴	۰/۰۰۱
آمادگی به اعتیاد	گروه ۱ - گروه ۳	۵۰/۲۴ و ۹۴/۷۹	-۴۴/۵۵	۰/۱۸۰	۰/۰۰۳
	گروه ۲ - گروه ۳	۳۲/۱۸ و ۹۴/۷۹	-۶۲/۶۱	۰/۲۵۶	۰/۰۰۵
	گروه ۱ - گروه ۲	۵۶/۳۵ و ۴۰/۵۷	۱۵/۷۸	۲/۵۷	۰/۰۰۲
پرخاشگری	گروه ۱ - گروه ۳	۵۶/۳۵ و ۸۳/۱۹	-۲۶/۸۴	۲/۶۹	۰/۰۰۱
	گروه ۲ - گروه ۳	۴۰/۵۷ و ۸۳/۱۹	-۴۲/۶۲	۲/۷۸	۰/۰۰۱
	گروه ۱ - گروه ۲	۸۶/۹۰ و ۷۳/۴۱	۱۳/۴۹	۱/۲۶	۰/۰۰۹
تغییر نگرش نسبت به مصرف مواد	گروه ۱ - گروه ۳	۸۶/۹۰ و ۱۲۰/۵۲	-۳۳/۶۲	۱/۲۴	۰/۰۰۱
	گروه ۲ - گروه ۳	۷۳/۴۱ و ۱۲۰/۵۲	-۴۷/۱۱	۱/۱۴	۰/۰۰۱

با توجه به جدول ۶ می‌توان نتیجه گرفت که آموزش مهارت‌های زندگی اثربخشی بیشتری نسبت به آموزش مهارت‌های اجتماعی در آمادگی به اعتیاد، پرخاشگری و تغییر نگرش نسبت به مصرف مواد داشته است.

بحث و نتیجه گیری

با توجه به یافته‌ها، آموزش مهارت‌های اجتماعی و آموزش مهارت‌های زندگی باعث کاهش آمادگی به اعتیاد، کاهش پرخاشگری و تغییر نگرش مصرف مواد در دانش‌آموزان دختر پایه نهم شده است. همچنین، پژوهش حاضر نشان داد که آموزش مهارت‌های زندگی تاثیر بیشتری نسبت به آموزش مهارت‌های اجتماعی در کاهش آمادگی به اعتیاد، کاهش پرخاشگری و تغییر نگرش نسبت به مصرف مواد داشته است. یافته‌های این پژوهش با یافته‌های محققانی همچون دهقانی و همکاران (۱۳۹۵)، رحمتی (۱۳۹۴)، افشارنیا و همکاران (۱۳۹۱)، کاکیا (۱۳۸۹)، طارمیان (۱۳۸۷)، عبدالله پور (۱۳۸۷)، زولینگر و همکاران (۲۰۱۷) و اسپیت و همکاران (۲۰۱۰) همخوانی دارد. در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت علت اصلی گرایش نوجوانان به اعتیاد، عدم تجهیز به مهارت‌های مورد نیاز که از جمله این مهارت‌ها می‌توان به مهارت‌های اجتماعی و مهارت‌های زندگی اشاره نمود. با توجه به مقایسه هر دو پروتکل درمانی، آموزش مهارت‌های زندگی جامع تر و کامل تر از آموزش مهارت‌های اجتماعی است و پر واضح است که تاثیر بیشتری نسبت به پروتکل درمانی آموزش مهارت‌های اجتماعی دارد. آموزش حل مساله، ابراز وجود و کنترل خشم که جز مهارت‌های زندگی هستند، تاثیر بسزایی در کاهش پرخاشگری، کاهش آمادگی به اعتیاد و تغییر نگرش نسبت به مصرف مواد دارند. در حال حاضر، آموزش این چنین مهارت‌هایی یکی از مهمترین راههای پیشگیری از اعتیاد در جهان است. بویژه، آموزش مهارت‌های زندگی که بسته آموزشی کامل و جامع تری نسبت به مهارت‌های اجتماعی است. با توجه به نتایج بدست آمده و تبیین صورت گرفته پیشنهاد می‌گردد در نظام آموزش و پرورش ایران جایگاه و منزلت مهارت‌های زندگی و مهارت‌های اجتماعی تعریف شود و به عنوان الزام و ضرورت در تمامی مقاطع تحصیلی از مهد تا دانشگاه، آموزش مداوم و مستمر توسط اساتید متخصص و حرفه ای در امر روانشناختی صورت گیرد تا گام بلندی در زمینه پیشگیری و کاهش آسیب‌های اجتماعی به ویژه اعتیاد برداشته شود. مهمترین محدودیت‌های پژوهش شامل عدم استفاده از مرحله پیگیری و محدود شدن نمونه به دانش‌آموزان دختر اشاره کرد. در نتیجه، پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی از پیگیری‌های کوتاه مدت و بلند مدت برای بررسی تداوم تاثیر نتایج استفاده شود. همچنین، با توجه به وجود تفاوت‌های جنسیتی انجام این پژوهش در دانش‌آموزان پسر می‌تواند نتایج مفیدی در پی داشته باشد.

منابع

افشارنیا، کریم؛ آقایی، حمید؛ رضایی، حسینودرکه، محمد. (۱۳۹۱). اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر تغییر نگرش دانش‌آموزان نسبت به سوء مصرف مواد. مجموعه مقالات دومین کنگره اعتیاد و آسیب‌های اجتماعی و روانشناختی، دانشگاه خوارزمی.
 باقری، محمد. (۱۳۸۱). نقش آموزش مهارت‌های زندگی در عزت نفس و تغییر نگرش دانش

- آموزان. رساله دکترای دانشگاه تهران.
- پورچناری، عبدالله و گلزاری، محمود. (۱۳۹۴). اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر تغییر نگرش دانش آموزان پسر دوره متوسطه شهرستان سیرجان نسبت به مصرف مواد. فصلنامه اعتیاد پژوهی، ۲۰ (۴۲): ۳۴-۴۰.
- حسنوند، باقر؛ شریفی درامدی، پرویز؛ دلاور، علی و علائی، پروانه. (۱۳۹۸). اثربخشی برنامه آموزش مدیریت شرم بر پرخاشگری و مهارت‌های اجتماعی کودکان با آسیب شنوایی. فصلنامه سلامت روان کودک، ۶ (۱): ۴۵-۵۶.
- دهقانی، صفرعلی؛ بدری، رحیم و فتحی آذر، اسکندر. (۱۳۹۵). تاثیر آموزش مهارت‌های اجتماعی و هیجانی بر کاهش اعتیاد پذیری دانش آموزان. فصلنامه رویکردهای روانشناسی در علوم رفتاری، ۲ (۷): ۱۴-۲۳.
- دهقانی، صفرعلی و مصرآبادی، جواد. (۱۳۹۷). فراتحلیل اثربخشی آموزش مهارت‌های اجتماعی-هیجانی بر کاهش استعداد اعتیاد فراگیران. مجله ویژه نامه ۱، ۱۲ (۴۸): ۱۷-۲۶.
- رادفر، شکوفه و حمیدی، فریده. (۱۳۹۰). راهنمای آموزش مهارت‌های زندگی. چاپ دوم، تهران: انتشارات پژوهشکده مهندسی و علوم پزشکی جانبازان.
- رحمتی، عباس. (۱۳۹۴). تاثیر آموزش مهارت‌های مقابله‌ای به شیوه بحث گروهی بر نگرش دانش آموزان نسبت به مصرف مواد. رساله دکترای دانشگاه علامه طباطبائی.
- رضایی، علی محمد؛ دلاور، علی و نجفی، محمود. (۱۳۹۱). ساخت و اعتباریابی پرسشنامه نگرش سنج مواد مخدر در دانش آموزان پایه نهم و مقطع متوسطه کشور. فصلنامه اعتیاد پژوهی سوء مصرف مواد، ۶ (۲۴): ۲۱-۳۲.
- زاهدی فر، شهین؛ نجاریان، بهمن و شکرکن، حسین. (۱۳۷۹). ساخت و اعتباریابی مقیاسی برای سنجش پرخاشگری. مجله علوم تربیتی و روانشناسی، ۷ (۱): ۳۲-۴۱.
- زرگر، یداله (۱۳۸۵). ساخت و اعتباریابی مقیاس ایرانی آمادگی به اعتیاد. دومین همایش انجمن روانشناسی ایران.
- زرگر، یداله؛ نجاریان، بهمن و نعامی، عبدالزهرا (۱۳۸۷). بررسی رابطه ویژگی‌های شخصیتی (هیجان خواهی، ابراز وجود و سرسختی روانشناختی)، نگرش مذهبی و رضایت ناشویی با آمادگی اعتیاد به مواد مخدر در کارکنان یک شرکت صنعتی در ایران. مجله علوم تربیتی و روانشناسی، ۲ (۱): ۱۹-۳۰.
- طارمیان، فرهاد. (۱۳۸۷). مهارت‌های زندگی، تعاریف و مبانی نظری. مجله ژرفای تربیت، ۱ (۴): ۳۲-۲۰.
- کاکیا، لیدا. (۱۳۸۹). اثربخشی آموزش مهارت‌های اجتماعی بر کاهش اعتیادپذیری در دانش آموزان دختر مقطع پیش دانشگاهی شهر تهران. فصلنامه علمی پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی لرستان، ۱۲ (۳): ۴۰-۵۱.
- عبدالله پور، محمد. (۱۳۸۷). اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر تغییر نگرش نسبت به مواد دانش آموزان مقطع دبیرستان شهر سیرجان. فصلنامه اعتیاد پژوهی، ۱۲ (۱۰): ۲۵-۳۶.
- موسوی، مهتری سادات. (۱۳۸۸). اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر کاهش گرایش به مواد مخدر بین دانش آموزان. فصلنامه اعتیاد پژوهی، ۴ (۱۲): ۱۹-۳۲.

نادری، فرح؛ پاشا، غلامرضا و مکوندی، فرزانه. (۱۳۸۶). تاثیر آموزش مهارت‌های اجتماعی بر سازگاری فردی-اجتماعی، پرخاشگری و ابراز وجود دانش‌آموزان دختر در معرض خطر مقطع متوسطه اهواز. فصلنامه اعتیادپژوهی، ۹ (۳۳): ۲۳-۳۴.

نارنجی‌ها، هومان. (۱۳۸۱). ارزیابی سریع وضعیت سوءمصرف و وابستگی به مواد در ایران. معاونت پژوهشی دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی کشور.

Speath, M., Weichold, K., Silbereisen, R.K., & Wiesner, M. (2010). Examining the differential effectiveness of a life skills program on alcohol use trajectories in early adolescence. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 78 (3), 334-348.

Zollinger, J. saywell, J.R, Wooldridge, J. (2017). Impact of the life skillstraining curriculum on middle school student's tobacco use in country, Indiana. *Journal of school Health*, 4 (13), 37-41.

Comparing the Effect of Social Skills and Life Skills (Assertiveness, Problem Solving and Anger Control) on Preparation for Addiction, Aggression and Substance Abuse in Ninth Grade Female Students

¹S. Bavi

²S. Ostad Abbasi

Abstract

The purpose of the present study was to compare the effects of social skills training and life skills (assertiveness, problem solving and anger control) on addiction preparedness, aggression, and attitude toward substance use among 9th grade female students in the academic year 98-99 in Ahvaz. This study was a field trial with pre-test and post-test with control group. The statistical population of all the ninth grade female students of Ahvaz city were 60 girl students who were selected by multistage random sampling. The instruments used were: Addiction Preparation Scale (Wade & Butcher, 1992), Addiction Attitude Questionnaire (Rezai, Delaver & Najafy, 1391) and Ahvaz Aggression Scale (Zahadyfar, Najarian & Shokerkon, 1379). Descriptive statistics (mean) and inferential statistics (Mancova, one-way analysis of variance) were used for data analysis. The results showed that social skills and life skills training had a significant effect on students' decreasing addiction readiness, changing attitudes towards drugs and decreasing aggression. Also, life skills training had a more significant impact than social skills training on decreasing drug readiness, changing attitudes toward substance use and aggression. It can be said that teaching social skills and life skills to students has a significant role in preventing social harm, especially addiction.

Keywords: social skills, life skills, assertiveness, problem solving, anger control, addiction readiness, aggression.

1. Corresponding Author: Assistant professor of psychology, Ahvaz Branch, Islamic Azad University, Ahvaz, Iran.

2. Department of Psychology, Ahvaz Branch, Islamic Azad University, Ahvaz, Iran. ostadabasisoheial@gmail.com