THE FIRST INTERNATIONAL CONGRESS ON HEALTH SERVICES TRANSFORMATION
اولین کنگره بین المللی تحول خدمات سلامت
۲۷ و ۲۸ مهر ماه
Code:1135



اثربخشی برنامه حل مسئله با روی‌آور معنوی بر شایستگی هیجانی– اجتماعی در نوجوانان دختر ۱۵ تا ۱۸ سال شهر اصفهان

فاطمه شهروزی(۱) ، هادی براتی(۲)

(۱) دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی خانواده، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد خمینی شهر، اصفهان، ایران

(۲) دکتری مشاوره، استادیار، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف آباد، اصفهان، ایران

مقدمه

دوره نوجوانی (۱۵ تا ۱۸ سال) به دلیل تغییرات شناختی، هیجانی و اجتماعی، مرحله‌ای حساس است که نوجوانان را با چالش‌هایی مانند فشار روانی و تعارض‌های هیجانی روبه‌رو می‌کند. در این میان، «شایستگی هیجانی–اجتماعی» شامل خودآگاهی، خودتنظیمی، همدلی و مهارت‌های اجتماعی نقش کلیدی در سازگاری روانی و سلامت اجتماعی دارد. یکی از رویکردهای نوین برای تقویت این توانمندی‌ها، «برنامه حل مسئله با رویکرد معنوی» است که مهارت‌های حل مسئله را با منابع معنوی و ارزش‌های درونی تلفیق می‌کند. با این حال، پژوهش‌های کمی اثربخشی این برنامه را بر شایستگی هیجانی–اجتماعی نوجوانان دختر بررسی کرده‌اند. بنابراین، پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی این برنامه بر شایستگی هیجانی–اجتماعی دختران ۱۵ تا ۱۸ سال شهر اصفهان انجام می‌شود و انتظار می‌رود ضمن پر کردن خلأ پژوهشی، به ارائه الگویی تلفیقی و کاربردی در مداخلات مثبت‌گرا و معنوی کمک کند.

روش ها

این پژوهش با طرح نیمه‌آزمایشی و مدل پیش‌آزمون–پس‌آزمون با گروه کنترل انجام شد. ۳۰ نوجوان دختر ۱۵ تا ۱۸ ساله با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و به‌صورت تصادفی در دو گروه ۱۵ نفره آزمایش و گواه قرار گرفتند. ابتدا ابزار شایستگی هیجانی–اجتماعی زو و جی (۲۰۱۲) به‌عنوان پیش‌آزمون برای هر دو گروه اجرا شد. سپس گروه آزمایش طی ۵ جلسه برنامه حل مسئله با رویکرد معنوی را دریافت کرد، در حالی که گروه گواه هیچ مداخله‌ای نداشت. در پایان، پس‌آزمون برای هر دو گروه اجرا شد تا تغییرات متغیر وابسته تحلیل شود. ملاک‌های ورود شامل دختران ۱۵ تا ۱۸ ساله با سلامت روانی و هوش بهنجار و شرکت داوطلبانه با رضایت آگاهانه بود؛ ملاک‌های خروج نیز شامل بیماری‌های خاص جسمی یا روانی، غیبت در جلسات و انصراف از ادامه همکاری بود.

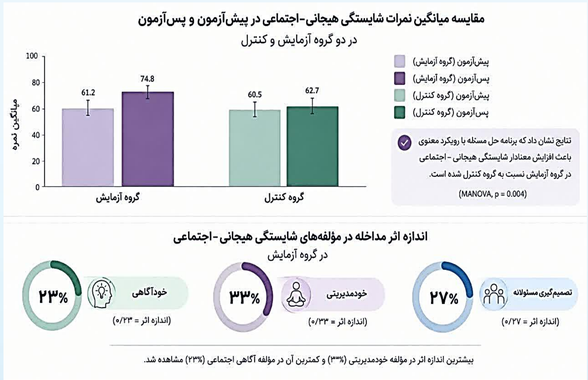
یافته ها

امروزه نوجوانان دختر به دلیل تغییرات سریع جسمی، روانی و اجتماعی، با چالش‌های متعددی در مدیریت هیجانات و تصمیم‌گیری‌های روزمره مواجه هستند. توانایی درک و تنظیم هیجانات به آن‌ها کمک می‌کند تا روابط اجتماعی بهتری برقرار کرده و با حفظ تعادل روانی، از فشارهای روانی دوران نوجوانی به شکلی مثبت عبور کنند. شایستگی هیجانی–اجتماعی شامل مجموعه‌ای از توانمندی‌ها است که به فرد کمک می‌کند هیجانات خود و دیگران را شناسایی و مدیریت کند و به‌طور مؤثر در تعاملات اجتماعی رفتار نماید.

آموزش برنامه حل مسئله با روی آور معنوی بر شایستگی هیجانی–اجتماعی (خودآگاهی، آگاهی اجتماعی، خودمدیریتی، مدیریت رابطه و تصمیم گیری مسئولانه) در نوجوانان دختر ۱۵ تا ۱۸ سال شهر اصفهان از فرضیه این پژوهش است.

منبع	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	مقدار F	سطح معناداری	ضریب اتا	توان آزمون
مولفه خودآگاهی	۸۷,۳۷۹	۱	۸۷,۳۷۹	۱۲۵,۶۰۸	۰,۰۰۱	۰,۸۸۱	۱,۰۰۰
گروه	۳,۷۱۶	۱	۳,۷۱۶	۵,۳۴۲	۰,۰۳۴	۰,۲۳۹	۰,۵۸۷
خطا	۱۱,۸۲۶	۱۷	۰,۶۹۶				
مولفه آگاهی اجتماعی	۶۹,۳۵۰	۱	۶۹,۳۵۰	۳۷۲,۲۴۷	۰,۰۰۱	۰,۹۵۶	۱,۰۰۰
گروه	۰,۱۳۲	۱	۰,۱۳۲	۰,۷۱۰	۰,۴۱۱	۰,۰۴۰	۰,۱۲۵
خطا	۳,۱۶۷	۱۷	۰,۱۸۶				
مولفه خودمدیریتی	۳۷۸,۳۹۵	۱	۳۷۸,۳۹۵	۱۷۴۵,۹۵۱	۰,۰۰۱	۰,۹۹۰	۱,۰۰۰
گروه	۱,۸۳۸	۱	۱,۸۳۸	۸,۴۸۳	۰,۰۱۰	۰,۳۳۳	۰,۷۸۴
خطا	۳,۳۸۴	۱۷	۰,۲۱۷				
مولفه مدیریت رابطه	۷۳,۹۱۹	۱	۷۳,۹۱۹	۷۳۱,۶۲۹	۰,۰۰۱	۰,۹۷۷	۱,۰۰۰
گروه	۰,۳۶۱	۱	۰,۳۶۱	۳,۵۶۹	۰,۰۷۶	۰,۱۷۴	۰,۴۳۰
خطا	۱,۷۱۸	۱۷	۰,۱۰۱				
مولفه تصمیم گیری	۱۶۴,۳۵۷	۱	۱۶۴,۳۵۷	۲۱۴,۴۴۷	۰,۰۰۱	۰,۹۲۷	۱,۰۰۰
گروه	۴,۸۸۷	۱	۴,۸۸۷	۶,۳۷۶	۰,۰۲۲	۰,۲۷۳	۰,۶۶۳
خطا	۱۳,۰۲۹	۱۷	۰,۷۶۶				

طبق جدول، آموزش حل مسئله با رویکرد معنوی بر سه مؤلفه خودآگاهی (p=0/034)، خودمدیریتی (p=0/010) و تصمیم‌گیری مسئولانه (p=0/022) تأثیر معنادار داشت. این نتایج با پژوهش‌های همسو مطابقت دارد.



تبیین اثرگذاری چنین است: مرحله آمادگی با ایجاد آرامش درونی از طریق مراقبه و دعا، خودآگاهی را رشد می‌دهد؛ بارش فکری با تولید راه‌حل‌های متنوع و مراجعه به منابع معنوی، خودمدیریتی را تقویت می‌کند و از واکنش‌های تکانشی می‌کاهد؛ ارزیابی گزینه‌ها با سنجش پیامدهای کوتاه‌مدت و بلندمدت و توجه به آثار اجتماعی و معنوی، تصمیم‌گیری مسئولانه را تمرین می‌دهد؛ و نهایتاً توکل و پذیرش پیامدها در مرحله اجرا، تحمل ناکامی را افزایش داده و از درماندگی آموخته‌شده پیشگیری می‌کند.

نتیجه گیری

آموزش برنامه حل مسئله با رویکرد معنوی به‌طور معنادار خودآگاهی (p=0/034)،خودمدیریتی(p=0/010)و تصمیم‌گیری‌مسئولانه (p=0/022) را در نوجوانان دختر ۱۵ تا ۱۸ ساله اصفهان افزایش داد (اندازه اثر: ۲۳٪، ۳۳٪ و ۲۷٪).

نتیجه‌گیری: این برنامه از طریق تقویت این سه مؤلفه، شایستگی هیجانی–اجتماعی نوجوانان دختر را ارتقا می‌دهد و می‌تواند رویکردی کارآمد در برنامه‌های سلامت روان و رشد اجتماعی نوجوانان باشد. با توجه به اهمیت دوره نوجوانی و خلأ پژوهشی موجود در زمینه مداخلات تلفیقی معنوی، پیشنهاد می‌شود این برنامه در سایر گروه‌های سنی و جنسی نیز آزمایش شود و در برنامه‌های آموزشی مدارس مورد استفاده قرار گیرد

رفرنس ها

1. Richerme LK. The hidden neoliberalism of CASEL's social emotional learning framework: Concerns for equity. Bulletin of the Council for Research in Music Education. 2022(232):7–25.
2. Dennis JP, Vander Wal JS. The cognitive flexibility inventory: Instrument development and estimates of reliability and validity. Cognitive therapy and research. 2010;34(3):241–53.