

نقش مهارت‌های زندگی والدین در کارکرد خانواده و عملکرد تحصیلی فرزندان

اعظم زارع^۱

دکتر ملوک خادمی^۲

نسرین یاراحمدیان^۳

چکیده

این پژوهش با هدف بررسی میزان برخوررداری والدین از مهارت‌های زندگی و ارتباط آن با کارکرد خانواده و عملکرد تحصیلی فرزندان آنها انجام شده است. نمونه پژوهش شامل ۱۲۰ دانش‌آموز دختر دوره راهنمایی و والدین آنها (۱۲۰ پدر و ۱۲۰ مادر) بوده است که با روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چند مرحله‌ای انتخاب شده‌اند. جهت گردآوری داده‌ها از پرسشنامه مهارت‌های زندگی، کارکرد خانواده (FAD) و میانگین نمره‌های درسی دانش‌آموزان در نیمسال اول سال تحصیلی ۹۱-۹۰ استفاده شده است. تحلیل داده‌ها با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون، رگرسیون چند متغیره، و آزمون t انجام گرفته است. نتایج نشان می‌دهد که میان میزان برخوررداری والدین از مهارت‌های زندگی، کارکرد خانواده و خرده مقیاس‌های آن (توانایی حل مسئله، ارتباط، نقشها، کنش عاطفی، آمیختگی عاطفی و کنترل رفتار) همبستگی معنادار وجود دارد ($p < 0/05$). نتایج تحلیل رگرسیون نیز نشان می‌دهد که مهارت‌های زندگی والدین پیش‌بینی کننده کارکرد خانواده است. از دیگر یافته‌های پژوهش این بوده است که به لحاظ آماری میان میانگین نمرات درسی فرزندان و نمره مهارت‌های زندگی پدران همبستگی وجود دارد، اما میان میانگین نمرات درسی فرزندان و نمره مهارت‌های زندگی مادران همبستگی وجود ندارد. با توجه به نتایج پژوهش ضروری است که برای حفظ سلامت جامعه و بهبود کارکرد خانواده، زمینه را برای بهره‌مند کردن والدین از مهارت‌های زندگی فراهم کرد و آموزش مهارت‌های زندگی را به صورت جدی‌تر و سازمان یافته‌تر در همه مؤسسات و سازمانها به اجرا درآورد.

کلید واژگان: مهارت‌های زندگی، کارکرد خانواده، عملکرد تحصیلی

تاریخ پذیرش: ۹۴/۷/۱۹

تاریخ دریافت: ۹۳/۳/۱۱

۱. دانش‌آموخته کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی از دانشگاه الزهرا (س)

۲. استادیار روانشناسی تربیتی، دانشگاه الزهرا (س)

۳. کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی از دانشگاه الزهرا (س) (نویسنده مسئول)

az.zareh@yahoo.com

khademim@yahoo.com

yarahmadiann@yahoo.com

مقدمه

انسان سیستمی زنده و ساختار یافته است که ابتدا در محیط خانواده به موجودی اجتماعی تبدیل می‌شود. خانواده بی شک مهمترین سازمانی است که زمینه‌ساز رشد و رفاه فیزیکی، روانی، و اجتماعی فرد است و پدیده اجتماعی کردن فرزندان از سوی خانواده عاملی مهم در زمینه رفتارهای تضمین کننده سلامت شناخته شده است (موسوی، ۱۳۸۲). این سیستم اجتماعی کامل با ایجاد پیوندهای عاطفی و مراقبتی قوی اعضا را کنار یکدیگر نگه می‌دارد به طوری که اعضای خانواده کنترل، تأیید و اختلاف عقیده داشتن با یکدیگر را تمرین می‌کنند و برای برقراری و حفظ تعادل در خانواده تلاش می‌کنند. وجود چنین سازمانی در خانواده کمک می‌کند تا در این چارچوب زمانی و تحولی به اهداف خود دست یابد و کارکرد خود را مانند یک واحد اجتماعی حفظ کند (سیف و اسلامی، ۱۳۸۷).

کارکرد خانواده به چگونگی روابط اعضای خانواده، تعامل و حفظ روابط و چگونگی تصمیم‌گیریها و حل مسائل اعضای خانواده اطلاق می‌شود (سیلبورن^۱ و همکاران، ۲۰۰۶). بی‌توجهی به کارکردهای خانواده نوعی عدم تعادل ایجاد می‌کند که در پی آن خانواده دچار بحران می‌شود (احمدی، ۱۳۸۶). در واقع، ریشه بسیاری از آسیبهای اجتماعی و دشواریهای ارتقای سلامت جامعه به نوعی در ارتباط تنگاتنگ با کارکرد و عدم سلامت نهاد خانواده است. تعارض شخصیت افراد، اختلال در رفتارهای فردی و اجتماعی، جرم و بزه، افت تحصیلی، گریز از خانه و مدرسه، خشونت، اعتیادهای سنتی و مدرن، خودکشی و طلاق، فسادهای اخلاقی، رفتارهای ناسالم جنسی و ... همگی ریشه در فضای ناسالم و آشفته فرهنگی- تربیتی خانواده دارد (علم‌الهدایی، ۱۳۸۶).

با توجه به تغییرات و پیچیدگی روزافزون جامعه و گسترش روابط اجتماعی، لزوم برخورداری افراد به ویژه والدین از مهارتهای زندگی برای رویارویی مؤثر با نیازها و چالشهای زندگی روزمره امری ضروری به نظر می‌رسد. بسیاری از زوجها به دلیل همدل نبودن با یکدیگر، نداشتن ارتباط مؤثر با هم و نپذیرفتن تفاوت‌هایشان، قادر به ادامه زندگی با همدیگر نیستند (همان). چنانکه نتایج پژوهشها نیز نشان می‌دهد، برخی از خانواده‌های ایرانی با کاهش فضای عاطفی و سرد شدن ارتباطات انسانی در محیط خانواده روبه‌رو هستند که این پدیده می‌تواند به رخداد ناگوار طلاق روانی و عاطفی منجر گردد. این دسته از خانواده‌ها در ظاهر دارای مشکلی نیستند و در سرشماری

به حساب می‌آیند، در صورتی که اعضای خانواده با نوعی اجبار در کنار هم زندگی می‌کنند (موحدی، ۱۳۸۸؛ به نقل از پورقاسمی، ۱۳۸۹). طبق اعلام رئیس انجمن علمی مددکاری ایران اکنون در بیش از ۶۰ یا ۷۰ درصد از خانواده‌های پیرامون خود، شاهد طلاق عاطفی هستیم که زن و مرد با هم زندگی می‌کنند اما احساسی نسبت به همدیگر ندارند (همان). برآوردهای آماری نیز نشان می‌دهند که ۹۰ درصد زوجهای آشفته، ناتوانی در برقراری ارتباط را عامل مهم در پریشانی روابط خانوادگی خود بیان می‌کنند (علم الهدایی، ۱۳۸۶). همچنین بر اساس پژوهش سازمان جوانان کشور در سال ۱۳۸۲ طبق آمارهای رسمی از مراکز استانهای ایران نزدیک به نیمی از خانواده‌ها یعنی ۴۲ درصد آنها نمی‌توانند مشکلات خود را از طریق گفتگوی صمیمانه و آرام حل کنند و زندگی اغلب زوجهایی که امیدوارند ازدواج موفق و ایده‌آلی داشته باشند به دلیل عدم آگاهی از مهارت‌های زندگی به یک رابطه سرد و بدون صمیمیت منتهی می‌شود (احمدی، ۱۳۸۶).

این در حالی است که یکی از ویژگیهای اساسی خانواده که در تعریف کاربردی به آن اشاره شده عبارت است از "کانونی برای تعامل، تربیت و آموزش مهارت‌های زندگی به فرزندان" (همان). مهارت‌های زندگی^۱ عبارت‌اند از مجموعه‌ای از تواناییها که زمینه سازگاری و رفتار مثبت را فراهم می‌آورند. این تواناییها فرد را قادر می‌سازد تا مسئولیتهای نقش اجتماعی خود را بپذیرد و بدون لطمه زدن به خود و دیگران با خواستها، انتظارها و مسائل روزانه به ویژه در روابط میان فردی به گونه‌ای مؤثر روبه‌رو شود (طارمیان، ماهجوی و فتحی، ۱۳۸۷). طبق بیانیه سازمان جهانی بهداشت^۲ (۱۹۹۷) مهارت‌های زندگی شامل مهارت‌های خود-آگاهی، توان حل مسئله، تفکر خلاق، تفکر نقادانه، روابط میان-فردی، قدرت تصمیم‌گیری، مقابله با بحران و فشار، احساس همدلی با دیگران و ارتباط مؤثر است که سبب بهبود کیفیت زندگی افراد می‌شود. به طور کلی، مهارت‌های زندگی سازگاری فرد را با محیط و چالش‌های آن افزایش می‌دهد و سبب می‌شود که فرد به گونه‌ای کارآمد و مؤثر با محیط خانوادگی، شغلی، تحصیلی و اجتماعی برخورد کند (نجات، ۱۳۸۶).

کسب مهارت‌های زندگی توسط والدین سبب ارتقای تواناییهای روانی-اجتماعی آنان می‌شود به طوری که می‌توانند روابط اجتماعی بهتر و مؤثرتری برقرار کنند، بسیاری از مسائل زندگی مشترک خود را حل و فصل کنند و در پی آن سازگاری و رضایت از زندگی و به طور کلی کارکرد خانواده را بهبود بخشند (احمدی، ۱۳۸۶).

کارکرد خانواده جنبه مهم محیط خانوادگی است که سلامت جسمانی، اجتماعی و هیجانی فرزندان را تحت تأثیر قرار می‌دهد. در واقع آنچه در درون خانواده اتفاق می‌افتد و چگونگی کارکرد آن می‌تواند عاملی کلیدی در ایجاد انعطاف پذیری و کاهش خطرات فعلی و بعدی مرتبط با رویدادهای ناگوار و شرایط نامناسب باشد. محیطهای خانوادگی برانگیزاننده و پرورش دهنده، فرزندان را قادر می‌سازد که یاد بگیرند و پیشرفت کنند، در حالی که محیطهای خانوادگی ناکارآمد^۱ می‌توانند برای بسیاری از جنبه‌های رشد فرزندان و انتقال مثبت آنان به بزرگسالی بسیار مضر باشند (سیلبورن و همکاران، ۲۰۰۶).

در رویکرد سیستمی، کارکرد خانواده همچون پدیده‌ای رشد یابنده در نظر گرفته می‌شود که بستگی به ساختار رشدی و اجتماعی خانواده دارد. مطابق این رویکرد، کارکرد خانواده مستلزم انسجام بخشیدن و نگاهداری موجودیت خانواده و توانایی آن برای انجام دادن وظایف اساسی به منظور رشد و رفاه اعضای خانواده است. خانواده ارزشهای خود را تکامل می‌دهد و انتظارات در مورد نقشها و قوانین ارتباطی را فراهم می‌کند. رویکرد سیستمی، خانواده را سیستمی با تعاملات مداوم میان زیر سیستمهای فردی، و در همان زمان مانند یک زیر مجموعه در محیط خود در نظر می‌گیرد (موسوی، ۱۳۸۲).

الگوی مک‌مستر^۲ یک مدل سیستمی از کارکرد خانواده است که ویژگیهای ساختاری و سازمانی گروه خانواده و الگوهای تبادلی مهم موجود میان اعضای خانواده را معین می‌کند (کیتنر^۳، ۱۹۹۶؛ به نقل از پورقاسمی، ۱۳۸۹). در این الگو خانواده از لحاظ کارکردی به عنوان یک سیستم در نظر گرفته می‌شود که نقشی مهم در رشد زیستی، روانی، اجتماعی، و حفاظت و نگهداری از اعضای خود ایفا می‌کند. مطابق این الگو ابعاد مهم کارکرد خانواده عبارت اند از: حل مسئله، ارتباط، نقشها، همدلی (کنش عاطفی)، آمیختگی عاطفی و کنترل رفتار.

بعد حل مسئله شامل توانایی خانواده برای حل مسائل خانوادگی است. مطابق الگوی مک‌مستر مسائل خانواده به دو دسته ابزاری (مدیریت اقتصادی، تهیه غذا، پوشاک، و امثال آن) و عاطفی (موضوعات هیجانی و احساسی مانند عصبانیت، افسردگی، و ...) تقسیم می‌شوند و افراد خانواده باید به شیوه‌ای مسائل را حل کنند که عملکرد خانواده در سطحی مؤثر باقی بماند؛ بعد ارتباط به توانایی خانواده در تبادل اطلاعات و میزان وضوح و صراحت اطلاعات مبادله شده در خانواده

1. Dysfunctional
2. McMaster Model
3. Keitner

مربوط می‌شود؛ بعد نقشها به الگوی تکراری رفتار افراد خانواده اشاره دارد؛ الگوهایی که اعضای خانواده به وسیله آنها کارکردهای خانواده را محقق می‌سازند. این بعد کارآمدی خانواده را براساس تخصیص وظایف و تکالیف به اعضای خانواده و کامل کردن تکالیف از سوی آنها توصیف می‌کند؛ بعد همدلی (کنش عاطفی) به توانمندی اعضای خانواده در واکنش به موقعیتهای هیجانی مثبت و منفی گفته می‌شود؛ بعد آمیختگی عاطفی درجه ای از اهمیت و ارزشی است که خانواده برای فعالیتها و علایق اعضایش قائل می‌شود. به عبارت دیگر این بعد به میزان و کیفیت علاقه و نگرانی اعضای خانواده نسبت به هم مربوط است و روی این نکته متمرکز است که افراد چگونه و از چه راهی با یکدیگر ارتباط برقرار می‌کنند؛ بعد کنترل رفتار نیز به میزان و تأثیر نفوذ اعضای خانواده بر یکدیگر گفته می‌شود که بقا و سازگاری خانواده را تضمین می‌کند (بارکر^۱، ۱۳۸۲).

به طور کلی مدل مک‌مستر با کارکرد فعلی^۲ خانواده سر و کار دارد نه با رشد قبلی یا مرحله تحولی گذشته آن. همچنین در این مدل به مهارتهای از عهده برآیی خانواده که منجر به تکامل و ابقای آن می‌گردد، توجه خاص شده است (کار، هاشمیان و جعفری، ۱۳۸۹).

با توجه به اینکه روابط و کارکرد مناسب خانوادگی برای سلامتی فرد، خانواده و جامعه ضروری است و با در نظر گرفتن روابط والد-فرزندی و شناخت آن به منزله یکی از مهمترین و تأثیرگذارترین روابطی که افراد می‌توانند تجربه کنند و نیز عاملی مؤثر و مداخله‌گر در کیفیت عملکردهای تحصیلی فرزندان به شمار می‌رود (واکر و شفرد^۳، ۲۰۰۶)، پژوهش حاضر برای بررسی ارتباط مهارتهای زندگی والدین با کارکرد خانواده و عملکرد تحصیلی دانش آموزان انجام شده است. بنابراین فرضیه پژوهش چنین بوده است که میان مهارتهای زندگی والدین با کارکرد خانواده و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان همبستگی وجود دارد. علاوه بر آزمون فرضیه فوق، رابطه مهارتهای زندگی والدین با ابعاد ششگانه کارکرد خانواده شامل حل مسئله، ارتباط، نقشها، کنش عاطفی، آمیختگی عاطفی و کنترل رفتار نیز بررسی شد.

روش پژوهش

روش به کارآمده در این پژوهش، پس رویدادی و از نوع همبستگی است.

جامعه و نمونه آماری

جامعه پژوهش شامل همه دانش آموزان دختر دوره راهنمایی (پایه‌های اول، دوم، سوم) مدارس دولتی شهر تهران در سال تحصیلی ۹۰-۹۱ و والدین آنها بوده است. از این جامعه آماری، به روش

1. Barker
2. Current functioning
3. Walker & Shepherd

نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چند مرحله‌ای منطقه ۱۴، و از پنج ناحیه واقع در آن نواحی ۲ و ۴، و از این دو ناحیه ۴ مدرسه و از این مدارس ۶ کلاس به صورت تصادفی انتخاب شده‌اند. نمونه پیش‌بینی شده ۴۵۰ نفر بودند که به دلیل افت، نمونه نهایی به ۳۶۰ نفر (۱۲۰ دانش آموز، ۱۲۰ پدر و ۱۲۰ مادر) کاهش یافت. انتخاب دانش آموزان دختر به دو دلیل انجام گرفته است: اول این‌که، دختران به طور ناگهانی و در نوجوانی بیشتر در معرض خطر افسردگی و تلاش برای خودکشی ناشی از آن و سایر مشکلات روانی - اجتماعی قرار می‌گیرند (گلیگان، ۱۹۹۳؛ به نقل از یاراحمدیان، ۱۳۸۸). دوم این‌که، دسترسی پژوهشگر زن به آزمودنیهای پسر تقریباً غیر ممکن بود. به منظور اجرای آزمون، ابتدا در یکی از ساعاتی مناسب آموزشی در هر مدرسه درباره هدف پژوهش توضیحاتی داده شد، سپس دانش‌آموزان به پرسشنامه کارکرد خانواده^۱ در مدت زمان ۳۰ دقیقه پاسخ گفتند. به سبب عدم همکاری مسئولان مدارس جهت اجرای پرسشنامه مهارت‌های زندگی والدین در مدرسه، این آزمون جداگانه و همراه با توضیحات کامل به والدین دانش‌آموزان ارائه شد و پس از مهلت سه روزه از آنها تحویل گرفته شد.

ابزارهای پژوهش

الف) پرسشنامه مهارت‌های زندگی: پرسشنامه مهارت‌های زندگی را معصومی در سال ۱۳۸۵ ساخته است. معصومی برای تهیه این پرسشنامه، مؤلفه‌های آنرا از نظر یونیسف، یونسکو و سازمان جهانی بهداشت بررسی کرده است و مؤلفه‌های خود-آگاهی، همدلی، برقراری ارتباط مؤثر، برقراری روابط میان-فردی، تصمیم‌گیری، حل مسئله، تفکر خلاق، تفکر انتقادی، مقابله با هیجانها و مقابله با فشار روانی را از شاخصهای اصلی پرسشنامه مهارت‌های زندگی در نظر گرفته است. این پرسشنامه از ۵۳ سؤال بسته- پاسخ تشکیل شده است که بر اساس مقیاس پنج درجه‌ای لیکرت از نمره پنج (خیلی زیاد، ۵، زیاد ۴، تا حدودی ۳، کم ۲، خیلی کم ۱) تا یک تنظیم شده است. پایایی این پرسشنامه با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۶ گزارش شده است. برای به دست آوردن روایی پرسشنامه، ابتدا کتابهای محتوی مهارت‌های زندگی مطالعه شدند، سپس شاخصهای مهارت‌های زندگی از پایان نامه کرد نوقابی (۱۳۸۲) و ادیب (۱۳۸۲) استخراج شدند و در پایان با استناد به نظرات اساتید راهنما (میرزا بیگی، ۱۳۸۵) و مشاور (لواسانی، ۱۳۸۵) روایی محتوایی مورد تأیید قرار گرفت (به نقل از معصومی، ۱۳۸۵). ظفری (۱۳۸۸) در پژوهشی به روش بازآزمایی، ضریب

پایایی این پرسشنامه را ۰/۶۵ به دست آورده است. در پژوهش حاضر نیز پایایی این پرسشنامه با روش آلفای کرونباخ از نمره پدران ۰/۶۳ و نمره مادران ۰/۵۳ به دست آمده است.

ب) پرسشنامه سنجش خانواده (FAD): ابزار سنجش خانواده دارای ۷ ماده و ۶۰ سؤال است و برای سنجیدن کارکرد خانواده بنابر الگوی مک‌مستر تدوین شده است. این ابزار را اپستین، بالدوین و بیشاب^۱ در سال ۱۹۸۳ با هدف توصیف ویژگی‌های سازمانی و ساختاری خانواده تهیه کرده‌اند.

مدل مک‌مستر در نتیجه تحقیقات اپستین و همکارانش بر آن دسته از ابعاد کارکرد خانواده متمرکز شده است که بیشترین تأثیر را بر سلامت جسمی و عاطفی اعضای خانواده نشان می‌دهد که دارای ابعاد وظایف اساسی، وظایف رشدی، و وظایف غیرمترقبه است. طراحان از طریق این ابعاد برای حوزه‌های عمده کارکرد خانواده شش بعد را در نظر گرفته‌اند که روی یک پیوستار مؤثر تا غیر مؤثر اندازه‌گیری می‌شوند. این ابعاد عبارت‌اند از: حل مسئله، ارتباط، نقشها، کنش عاطفی، آمیختگی عاطفی، و کنترل رفتار. علاوه بر این، یک بعد عمومی برای سنجش کارکرد کلی خانواده نیز به آن افزوده شده است. این ابزار متشکل از عباراتی است که خانواده آزمودنی را توصیف می‌کند و آزمودنی با خواندن هر عبارت میزان هماهنگی ویژگی‌های توصیف شده را با خانواده خود روی مقیاس چهار طبقه‌ای لیکرت به صورت «کاملاً موافقم، موافقم، مخالفم، کاملاً مخالفم» مشخص می‌نماید. ابزار FAD از نوع مداد کاغذی و اجرای آن حدود ۲۵-۱۵ دقیقه زمان می‌برد و به شکل انفرادی و گروهی قابل اجراست. نمره گذاری مقیاس FAD با استفاده از یک طیف چهار درجه‌ای به این ترتیب استفاده می‌شود «یک، کاملاً موافقم» تا «چهار، کاملاً مخالفم» و به هر سؤال بین ۴-۱ نمره داده می‌شود و عباراتی که توصیف‌کننده عملکرد ناسالم هستند، نمره معکوس می‌گیرند. نمرات بالاتر در این پرسشنامه نشان دهنده کارکرد ناسالم خانواده و نمرات کمتر نشان‌دهنده کارکرد سالم‌تر خانواده است.

ابزار سنجش خانواده را پس از اینکه اپستین و همکاران در سال ۱۹۸۳ تهیه کردند روی یک نمونه ۵۰۳ نفری اجرا شد (همان منبع). دامنه ضریب آلفای زیر مجموعه‌ها بین ۰/۷۲ تا ۰/۹۲ است که نشان می‌دهد از همسانی درونی خوبی برخوردار است. به گزارش ثنایی (۱۳۷۹) این پرسشنامه در ایران به‌طور مکرر مورد بررسی قرار گرفته و پایایی این آزمون با توجه به ضریب آلفای خرده مقیاسها از ۰/۷۲ تا ۰/۹۲ گزارش شده است. در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ به دست

آمده از پاسخگویی فرزندان به پرسشنامه کارکرد خانواده ۰/۸۲ است. روایی پرسشنامه با بهره‌گیری از نظرات درمانگران با تجربه در زمینه خانواده‌های با کارکرد سالم و کارکرد ناسالم بررسی شده است. نتایج نشان داده‌اند که FAD توانایی تفکیک خانواده‌های با کارکرد سالم و ناسالم را دارد. همچنین همخوانی نمره‌های FAD با نمره‌های حاصل از سایر ابزارهایی که کارکرد خانواده را می‌سنجند بالا گزارش شده است (میلر^۱ و همکاران، ۱۹۸۵).

ج) عملکرد تحصیلی: نمره عملکرد تحصیلی در این پژوهش، میانگین نمره‌های درسی دانش‌آموزان در نیمسال اول سال تحصیلی ۹۱-۹۰ است.

یافته‌های پژوهش

از آنجا که این پژوهش توصیفی و از نوع همبستگی است، برای تعیین رابطه متغیرها آزمون همبستگی پیرسون و برای پیش‌بینی تغییرات آنها معادله رگرسیون به کار گرفته شده است. نخست نتایج آزمون t برای مقایسه تفاوت مهارت‌های زندگی در والدین دانش‌آموزان بررسی شده که نتایج آن در جدول ۱ ارائه شده است. سپس، آزمون همبستگی متغیرهای پژوهش با یکدیگر انجام گرفته که برآورد آن در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول شماره ۱. نتایج آزمون t برای مقایسه مهارت‌های زندگی والدین دانش‌آموزان

متغیر	میانگین	انحراف استاندارد	t	درجه آزادی	سطح معناداری
مهارت‌های زندگی پدر	۱۹۰/۹۱	۲۸/۷۲	-۰/۰۳۸	۱۱۹	۰/۷
مهارت‌های زندگی مادر	۱۹۱/۸۱	۱۹/۵۱			

بر اساس جدول شماره ۱ میان پدران و مادران از نظر برخورداری از مهارت‌های زندگی تفاوت وجود ندارد.

جدول شماره ۲. برآورد همبستگی متغیرهای پژوهش

متغیرها	ضریب همبستگی	سطح معناداری
نمره پاسخگویی پدر به پرسشنامه مهارت‌های زندگی	۰/۳۸*	۰/۰۵
نمره پاسخگویی مادر به پرسشنامه مهارت‌های زندگی	۰/۴۰**	۰/۰۱
نمره پاسخگویی پدر به پرسشنامه مهارت‌های زندگی	۰/۲۴**	۰/۰۰۹

۰/۹۷	۰/۱۵	نمره پاسخگویی مادر به پرسشنامه مهارتهای زندگی
------	------	---

P<0/05* P<0/01**

بر اساس جدول شماره ۲ بین میزان برخورداری والدین از مهارتهای زندگی با کارکرد خانواده همبستگی معکوس و معنادار دارد. [r(360) = -0/38, -0/40 p<0/05, p<0/01]. علاوه بر این، همانطور که در جدول شماره ۲ نشان داده شده است بین میانگین نمرات درسی دانش‌آموزان و نمره مهارتهای زندگی پدران آنان همبستگی مثبت و معنادار وجود دارد [r(240) = 0/24, p<0/01]. اما میان میانگین نمرات درسی دانش‌آموزان و نمره مهارتهای زندگی مادرانشان ارتباط معنادار وجود ندارد.

در ادامه، رابطه مهارتهای زندگی والدین به منزله متغیر پیش‌بین با کارکرد خانواده و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان به منزله متغیرهای ملاک در معادله رگرسیون تحلیل شده است که نتایج آماری آن در جدول شماره ۳ آمده است.

جدول شماره ۳. نتایج رگرسیون پیش‌بینی‌کننده عملکرد خانواده و عملکرد تحصیلی آزمودنیها

متغیر وابسته	متغیر پیش‌بینی‌کننده	R ²	B	SEB	β	T	سطح معناداری
نمره کارکرد خانواده دانش‌آموز	نمره مهارتهای زندگی پدر	۰/۳۸	-۰/۲۸	۰/۰۶	-۰/۳۸	-۴/۵	۰/۰۰۱
	نمره مهارتهای زندگی مادر	۰/۴۰	-۰/۴۳	۰/۰۹	-۰/۴۰	-۴/۷	۰/۰۰۱
نمره عملکرد تحصیلی دانش‌آموز	نمره مهارتهای زندگی پدر	۰/۲۴	۰/۱۲	۰/۰۱	۰/۲۴	۲/۶۷	۰/۰۱
	نمره مهارتهای زندگی مادر	۰/۱۵	-۰/۰۱	۰/۰۱	۰/۱۵	۱/۷	۰/۱

چنانچه در جدول شماره ۳ مشاهده می‌شود، ضریب رگرسیون متغیر پیش‌بین نشان می‌دهد که مهارتهای زندگی والدین می‌تواند کارکرد خانواده و عملکرد تحصیلی فرزندان را به گونه ای معنادار تبیین کند. ضریب تأثیر مهارتهای زندگی پدر (B = -0/28) و مادر (B = -0/43) با توجه به آماره t نشان می‌دهد که این متغیر با اطمینان ۹۹ درصد می‌تواند تغییرات مربوط به کارکرد خانوادگی را پیش‌بینی کند. در زمینه عملکرد تحصیلی، ضریب تأثیر مهارتهای زندگی پدر (B = 0/12) با توجه به آماره t نشان می‌دهد که این متغیر با اطمینان ۹۹ درصد می‌تواند تغییرات مربوط به عملکرد تحصیلی دانش‌آموز را پیش‌بینی کند؛ اما ضریب تأثیر مهارتهای زندگی مادر (B = -0/01) با توجه به آماره t نشان می‌دهد که این متغیر تغییرات مربوط به عملکرد تحصیلی دانش‌آموز را پیش‌بینی نمی‌کند. با در نظر گرفتن شیوه نمره‌گذاری معکوس مقیاس FAD (نمرات

بالتر در این پرسشنامه نشان دهنده کارکرد ناسالم خانواده و نمرات کمتر نشان دهنده کارکرد سالمتر خانواده است)، می‌توان گفت که هر چه پدر و مادر از مهارت‌های زندگی بالاتر برخوردار باشند تنش و رفتارهای ناسالم در خانواده کمتر است و به تبع آن عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان نیز بهبود می‌یابد.

در نهایت، همبستگی مهارت‌های زندگی پدران و مادران با شاخص‌های کارکرد خانواده بررسی شد که نتایج آن در جدول شماره ۴ ارائه شده است.

جدول شماره ۴. نتایج آزمون همبستگی نمره مهارت‌های زندگی پدران و مادران با شاخص‌های کارکرد خانواده

متغیرها	همبستگی	سطح معناداری
مهارت‌های زندگی والدین	حل مسئله پدر	۰/۳۱**
	حل مسئله مادر	۰/۲۳*
	ارتباط پدر	۰/۱۷
	ارتباط مادر	۰/۳۹**
	نقش پدر	۰/۳۵**
	نقش مادر	۰/۳۳**
	واکنش عاطفی پدر	۰/۲۹**
	واکنش عاطفی مادر	۰/۳۱**
	آمیختگی عاطفی پدر	۰/۲۹**
	آمیختگی عاطفی مادر	۰/۳۱**
	کنترل رفتار پدر	۰/۱۱
	کنترل رفتار مادر	۰/۲۱*
	عملکرد کلی پدر	۰/۳۷**
	عملکرد کلی مادر	۰/۳۱**
	۰/۰۱	

P < 0/01 ** P < 0/05*

چنانچه در جدول شماره ۴ مشاهده می‌شود، میان برخورداری پدر و مادر از مهارت‌های زندگی و کارکرد خانواده و خرده مقیاس‌های آن همبستگی منفی معنادار وجود دارد. در این میان، فقط میان نمره مهارت‌های زندگی پدران و نمره ارتباط و نمره کنترل رفتار آنان همبستگی معنادار مشاهده نشد. بنابراین و با توجه به شیوه نمره‌گذاری معکوس مقیاس FAD، افزایش مهارت‌های زندگی والدین سبب کاهش مسائل خانوادگی می‌شود.

بحث و نتیجه گیری

هدف این پژوهش بررسی ارتباط مهارت‌های زندگی والدین با کارکرد خانواده و عملکرد تحصیلی دانش آموزان بود. نتایج پژوهش نشان می‌دهد که مهارت‌های زندگی والدین با کارکرد خانواده و خرده مقیاس‌های آن (حل مسئله، ارتباط، نقشها، کنش عاطفی، آمیختگی عاطفی، کنترل رفتار) همبستگی منفی معنادار دارند. سوی منفی همبستگی متغیرها، بیانگر آن است که با افزایش میزان مهارت‌های زندگی والدین، سطح مشکلات و مسائل خانواده کاهش می‌یابد و در پی آن، کارکرد خانواده بهبود پیدا می‌کند. این یافته‌ها، همچنین نشان می‌دهند که مهارت‌های زندگی والدین می‌توانند تغییرات مربوط به کارکرد خانواده را پیش‌بینی کنند. اما در مورد عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان، تنها میان میانگین نمرات درسی دانش‌آموزان و نمره پدرانشان ارتباط معنادار به دست آمده است؛ در صورتی که میان میانگین نمرات درسی آنها و نمره مهارت‌های زندگی مادرانشان ارتباط معناداری به دست نیامد که این ممکن است به دلیل تفاوت در معیارها و ارزشهایی باشد که پدران و مادران به عملکرد تحصیلی فرزندانشان اختصاص می‌دهند.

نتایج این پژوهش با نتایج پژوهش‌های قبلی همسو است. محمدی و همکاران (۲۰۱۱)، صادقی و همکاران (۱۳۹۰)، مهربابی‌زاده، حسین‌پور و مهدی‌زاده (۱۳۸۹)، جلالی و جلالوند (۱۳۸۴) و نجات (۱۳۸۶) در بررسی‌های خود به این نتیجه دست یافته‌اند که با افزایش مهارت‌های زندگی والدین کارکرد خانواده نیز بهبود می‌یابد. نتایج پژوهش شمعی‌زاده و احمدی (۱۳۸۷) نیز نشان داده است که آموزش منظم به والدین بر روابط متقابل و خرده مقیاس‌های روابط خانوادگی و پیشرفت تحصیلی تأثیر مثبت داشته است. نتایج پژوهش گیلبرت و اورلیک (۱۹۹۶) هم نشان داده است که مهارت‌های زندگی سبب بهبود مهارت‌های اجتماعی، افزایش سازگاری در خانواده، رضایت از سیستم خانوادگی و افزایش مهارت‌های مقابله‌ای شده است (به نقل از نیک پرور و عربستانی، ۱۳۸۴).

از سوی، محیط خانواده نخستین محیطی است که توانمندیهای جسمی، عاطفی و شخصیتی فرد در آن پی‌ریزی می‌شود و نقشی مهم در تعالی و پیشرفت فرد دارد. مطابق نظر سازمان جهانی بهداشت، کسب دانش در زمینه مهارتهای زندگی و تمرین آنها، افراد را قادر می‌سازد تا ارزشها، نگرشها و دانستیهای خود را به توانمندیها تبدیل کنند، و این توانمندیهاست که علاوه بر ترغیب افراد به داشتن انگیزه مثبت و رفتار سالم، بر ادراک آنها از کفایت خود و اعتماد به نفسشان اثر گذاشته و موجب ارتقای سطح سلامت روان و پیشگیری از مشکلات بهداشتی می‌شود (یاراحمدیان، ۱۳۸۸). نتایج پژوهشها نشان داده است که تجارب خانوادگی، فضای فرهنگی و تربیتی خانه و معیارها و ارزشهایی که پدران و مادران در خانه برقرار می‌کنند تأثیری ژرف بر ارتقای توانمندیهای فرزندان در طول دوره نوجوانی و بعد از آن دارد و ارتباطهای خانوادگی سایر جنبه‌های زندگی نوجوان مانند موفقیت تحصیلی را تحت تأثیر قرار می‌دهد (شماعی زاده و احمدی، ۱۳۸۷).

از سوی دیگر، مسائل و مشکلات خانواده می‌تواند به شکست در تحصیل و تعلیم و تربیت منجر شود (واکر و سفرد، ۲۰۰۶). یافته‌های پژوهش زاده‌محمدی و همکاران (۱۳۸۵) نشان می‌دهد که دانش آموزان با جو خانوادگی ناکارآمد از نظر عملکرد تحصیلی وضعیت بدی دارند. علاوه بر این، محسنی (۱۳۸۹) در پژوهش خود نشان داده است که از نظر دانش‌آموزان خانواده مهمترین عاملی است که در پیشرفت تحصیلی آنها مؤثر است به طوری که در حدود ۶۵ درصد از دختران و ۷۰ درصد از پسران افت تحصیلی خود را ناشی از عوامل مربوط به خانواده خود می‌دانستند. به گفته نازک تبار (۱۳۸۳؛ به نقل از رضازاده، ۱۳۸۶) "میزان موفقیت دانش‌آموزان در دستیابی به اهداف آموزش از قبل تعیین شده را می‌توان به منزله پیشرفت تحصیلی تعریف کرد که نمی‌توان این مسئله را بدون توجه به کارکرد خانواده مورد بررسی قرار داد و جهت افزایش و بهبود کیفیت و کمیت آن برنامه ریزی کرد".

بنابر آنچه گفته شد و با در نظر گرفتن روابط والد-فرزندی و شناخت آن به منزله یکی از مهم‌ترین و تأثیرگذارترین روابطی که افراد می‌توانند تجربه کنند و نیز به منزله عاملی مؤثر و مداخله‌گر در کیفیت عملکردهای تحصیلی فرزندان، والدین می‌توانند با کسب دانش در زمینه مهارتهای زندگی و انتقال آن به فرزندان خود، ضمن تأثیر مثبت در رشد و شخصیت آنان، کارکرد خانواده و عملکرد تحصیلی فرزندان را بهبود بخشند.

در ادامه بحث در مورد یافته‌های پژوهش، نتایج بررسی رابطه مهارت‌های زندگی والدین با ابعاد ششگانه کارکرد خانواده شامل حل مسئله، ارتباط، نقشها، کنش عاطفی، آمیختگی عاطفی، و کنترل رفتار نشان می‌دهد که میان تمام این ابعاد و نمره مهارت‌های زندگی مادران همبستگی معنادار وجود دارد. در مورد پدران نیز غیر از دو مؤلفه ارتباط و کنترل رفتار، در بقیه ابعاد همبستگی معنادار به دست آمده است.

این یافته‌ها با نتایج پژوهش‌های قبلی همسو است. در زمینه بعد حل مسئله، نتایج پژوهش شکوهی‌یکتا و همکاران (۱۳۸۷) حاکی از آن است که آموزش روش حل مسئله در شکل‌گیری رفتارهای مناسب در فرزندان، بهبود تعامل والد و فرزند، و در نهایت بهبود کارکرد خانواده مؤثر است. احمدی قوزلوجه (۱۳۸۹) در پژوهشی به این نتیجه دست یافت که میان تنیدگی والدینی با کارکرد خانواده رابطه معنادار منفی وجود دارد و میان راهبردهای متمرکز بر حل مسئله و ارزیابی شناختی با کارکرد خانواده رابطه معنادار مثبت وجود دارد. پیترسون و گرین^۱ (۱۹۹۹) معتقدند که حل مسئله، توانایی خانواده برای حل کردن مسائل در یک سطح مشخص است که منجر به حفظ کارکرد مؤثر خانواده می‌شود. در واقع، خانواده‌های بهنجار در مقایسه با خانواده‌های نابهنجار در برابر مشکلات از مهارت‌های حل مسئله به شیوه‌ای کارآمدتر استفاده می‌کنند و بهتر از دیگران قادر به حل مشکلاتشان هستند.

در زمینه بُعد ارتباط، نتایج تحقیقات گوناگون در مورد خانواده نشان داده است که اعضای خانواده به منزله یک گروه، تعاملات پیچیده‌ای با یکدیگر دارند که متأثر از محیط کلی خانواده است. پژوهشگران بر این عقیده‌اند که بهترین ملاک و معیاری که بر اساس آن می‌توان کیفیت اخلاقی، اجتماعی و روانی افراد را مورد ارزیابی و دقت قرار داد، همان شبکه ارتباطی اعضای خانواده و مجموعه قوانین حاکم بر محیط و جو خانواده است (مظاهری و همکاران، ۱۳۹۰). اصلانی (۱۳۸۸) در پژوهشی با عنوان نقش مهارت‌های ارتباطی بر کارکرد خانوادگی دانشجویان متأهل دانشگاه تهران به این نتیجه رسیده که آموزش مهارت‌های ارتباطی سبب بالا رفتن کارکرد خانواده در مقوله‌های حل مسئله، ارتباط، نقشها، کنش عاطفی، آمیختگی عاطفی، کنترل رفتار، و عملکرد کلی خانواده شده است. دنی^۲ (۱۹۹۰) در پژوهشی بیان می‌کند که نوجوانان مشکلات ارتباطی را منبع اصلی تعارض در خانواده‌های خود می‌دانند. وی اظهار می‌دارد که میزان فرار و

1. Peterson & Green

2. Deni

بزهکاری در خانواده‌های نابسامان و متعارض که از لحاظ مهارت‌های ارتباطی دارای ضعف‌های بالایی هستند و در آن والدین و فرزندان توانایی برقراری ارتباط صحیح و مناسب را با یکدیگر ندارند، بیشتر است (به نقل از رضا زاده، ۱۳۸۶). در پژوهشی دیگر، اصلانی و ثنایی (۱۳۸۹)؛ به نقل از قمری، ۱۳۹۰) بیان کردند که فرآیندها و الگوهای ارتباطی معیوب اغلب عامل اساسی عملکرد ناسالم خانواده است. نتایج این پژوهش نشان می‌دهد که ارتقای مهارت‌های ارتباطی سبب بالا رفتن کارایی خانواده در مقوله‌های حل مسئله، ارتباط، نقشها، کنش عاطفی، آمیختگی عاطفی، کنترل رفتار، و بهبود عملکرد کلی خانواده شده است. رایس^۱ (۱۹۹۴) درباره ارتباط در خانواده‌های کارآمد چنین اظهار داشته است: در یک خانواده کارآمد، اعضای خانواده افکار و احساسات خود را با یکدیگر به شیوه‌های ظریف در میان می‌گذارند. آنها علایق و نگرانیهای خود را بیان می‌کنند و درباره مسائل مهم با یکدیگر به گفتگو می‌پردازند. هر یک از آنها می‌تواند درباره خود و زندگی خود با دیگر اعضای خانواده صحبت کند و می‌داند که دیگران هم به او گوش می‌دهند و هم او را درک می‌کنند (به نقل از مرادی پولادی، ۱۳۸۵).

در زمینه ابعاد نقش، کنش عاطفی، آمیختگی عاطفی، و کنترل رفتار نیز نتایج پژوهشهای قبلی با نتیجه این پژوهش همسو است. نتایج پژوهشهایی که به بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر مهارت‌های ارتباطی زوجین پرداخته‌اند حاکی از افزایش رضایت زناشویی زوجین و بالا رفتن کارکرد خانواده در مقوله‌های ارتباط، نقشها، کنش عاطفی، آمیختگی عاطفی، و کنترل رفتار بوده‌اند (پورحیدری، ۱۳۸۹). مجد (۱۳۸۲) در پژوهشی به این نتیجه رسید که در زمینه برقراری ارتباط میان اعضای خانواده دختران فراری ضعف و مشکلات زیادی وجود دارد. در خانواده این دختران نقشهای خانوادگی چندان مشخصی وجود ندارد و امکان دارد که شخص، نقش دیگری به غیر از نقش اصلی خود را به دلیل مبهم بودن نقشهای خانوادگی به عهده بگیرد. علاوه بر این، خانواده‌های دختران فراری در زمینه آمیختگی عاطفی و میزان همدلی ضعیف هستند و در بیان مشکلات و مسائل عاطفی خود با اعضای خانواده راحت نیستند. ارزیابی و مقایسه کارکرد خانواده، میان زوجهای راضی از زندگی زناشویی و زوجهای ناراضی از زندگی و در حال طلاق نیز نشان می‌دهد که عدم آشنایی هر یک از زوجین با مهارت برقراری ارتباط مؤثر، ابراز عواطف، حل مسائل مربوط به خود و پذیرش نقشهای خانوادگی در سوق دادن زوجین به طلاق نقش چشمگیری دارند (به نقل از رضازاده، ۱۳۸۶).

در زمینه کارکرد کلی خانواده نیز نتایج پژوهش‌های قبلی نتیجه این پژوهش را تبیین می‌کنند. چنانچه رضازاده (۱۳۸۶) در پژوهشی که با هدف مقایسه کارکرد خانواده نوجوانان عادی و بزهکار از نظر ابعاد حل مسئله، میزان ارتباط اعضا با یکدیگر، تفاهم در مورد نقشها، کنش عاطفی، آمیختگی عاطفی، کنترل رفتار، و کارکرد کلی انجام داده، مشخص کرده که میان خانواده نوجوانان عادی و بزهکار در ابعاد ارتباط، نقشها، کنش عاطفی، کنترل رفتار و کارکرد کلی تفاوت معنادار وجود دارد. مسلام (۱۹۹۰) نیز در پژوهشی با عنوان "رابطه والد-نوجوان، کارکرد خانواده و موفقیت تحصیلی" به ارزیابی کارکرد خانواده از دید نوجوانان و والدینشان و رابطه این کارکرد با موفقیت تحصیلی نوجوانان پرداخته است. یافته‌ها نشان می‌دهند که هر چه کارکرد خانواده بهتر باشد، نوجوانان مشکلات کمتری دارند و از موفقیت تحصیلی بالاتر برخوردارند. همچنین در این تحقیق به بررسی کارکرد ایده‌آل خانواده و کارکرد جاری آن از دید نوجوانان پرداخته شده که یافته‌ها بیانگر این است که هر چه اختلاف میان کارکرد جاری و کارکرد ایده‌آل خانواده کمتر باشد، موفقیت تحصیلی نوجوانان نیز بیشتر است (به نقل از یوسف نژاد، ۱۳۸۶).

نتیجه اینکه به استناد پژوهش‌های انجام شده و یافته‌های پژوهش حاضر می‌توان گفت کسب مهارت‌های زندگی از سوی والدین بر کارکرد سالم‌تر خانواده تاثیر مستقیم و بسزایی دارد و سبب می‌شود که آنان به‌گونه‌ای کارآمد و مؤثر با محیط خانوادگی، شغلی، تحصیلی و اجتماعی برخورد کنند. علاوه بر این، هر چه خانواده دارای کارکرد مناسب‌تر و سالم‌تر باشد به همان نسبت سازگاری فردی و اجتماعی و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان بهبود می‌یابد و از به وجود آمدن یا توسعه مشکلات روانی، اجتماعی و رفتاری در میان دانش‌آموزان پیشگیری می‌کند.

محدودیتها و پیشنهادهای پژوهش

۱. به دلیل محدودیت‌های زمانی و اجرایی، در این پژوهش کارکرد خانواده صرفاً از دیدگاه یکی از اعضای آن (دانش‌آموزان) مورد سنجش قرار گرفته است. پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های مشابه، کارکرد خانواده از دیدگاه همه اعضای خانواده مورد سنجش قرار گیرد و از جمع‌بندی آنها نمره کلی کارکرد خانواده برآورد شود.

۲. محدودیت جامعه آماری پژوهش و نوع پژوهش، محدودیت‌هایی را در زمینه تعمیم یافته‌های متغیرهای بررسی شده مطرح می‌کند که باید در نظر گرفته شوند. پژوهش بیشتر در این زمینه و تکرار نتایج با یک نمونه ناهمگن بزرگتر (شامل پسران و دختران) پیشنهاد می‌شود.

منابع

- احمدی، علی اصغر. (۱۳۸۶). *روان شناسی روابط درون خانواده*. چاپ چهارم. تهران: انتشارات مهدی رضایی.
- احمدی قوزلوجه، احمد. (۱۳۸۹). *بررسی روابط تنیدگی والدین، راهبردهای مقابله ای و کارکرد خانواده در والدین دانش آموزان پس عقب مانده ذهنی آموزش پذیر در شهرستان اسلامشهر*. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه شهید بهشتی.
- اصلانی، خالد. (۱۳۸۸). *نقش مهارت‌های ارتباطی بر کارایی خانوادگی دانشجویان متأهل*. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی تهران.
- بارکر، فیلیپ. (۱۳۸۲). *خانواده درمانی پایه*، (ترجمه محسن دهقانی و زهره دهقانی). تهران: انتشارات رشد، چاپ دوم.
- پورحیدری، سپیده. (۱۳۸۹). *اثر آموزش مهارت‌های زندگی بر رضایتمندی زناشویی، جنسی و خودکارآمدی زوجین جوان*. پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه شهید بهشتی.
- پورقاسمی، مرضیه. (۱۳۸۹). *تاثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر کارکرد خانواده زنان دارای همسر معتاد*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، گروه مددکاری اجتماعی. دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی.
- ثنایی، باقر. (۱۳۷۹). *مقیاس های سنجش خانواده و ازدواج*. تهران: انتشارات بعثت.
- جلالی، داریوش و جلالوند، لادن. (۱۳۸۴). *بررسی تاثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر سازگاری زناشویی زوج‌ها*. دومین کنگره سراسری آسیب شناسی خانواده در ایران، دانشگاه شهید بهشتی.
- رضازاده، زهرا. (۱۳۸۶). *مقایسه ابعاد عملکرد خانواده و توانایی ابراز وجود در نوجوانان پسر عادی و بزهکار شهر یزد*. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه الزهراء (س).
- زاده محمدی، علی و همکاران (۱۳۸۵). *بررسی رابطه عوامل خانوادگی در وضعیت تحصیلی دانش آموزان دوره متوسطه استان قم*. فصلنامه خانواده پژوهی، سال دوم، شماره ۷، ۲۳۹-۲۵۶.
- سیف، سوسن و اسلامی، معصومه. (۱۳۸۷). *نقش باورهای ارتباطی در کارکرد خانواده و سازگاری زناشویی*. مجله اندیشه های نوین تربیتی، دوره ۴، شماره ۱ و ۲، ۹۹-۱۳۰.
- شکوهی یکتا، محسن؛ پرند، اکرم؛ شهائیان، آمنه و متولی پور. (۱۳۸۷). *تاثیر آموزش مهارت‌های حل مسئله بر تعامل والد-کودک و بهبود رفتارهای چالش برانگیز کودکان*. فصلنامه خانواده و پژوهش، سال دوم، شماره ۴، ۹-۲۴.
- شماعی زاده، پروین و احمدی، سید احمد. (۱۳۸۷). *تاثیر آموزش منظم به والدین بر روابط خانوادگی و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان دختر مقطع متوسطه شهرستان فلاورجان*. نشریه دانش و پژوهش در علوم تربیتی، واحد خوراسگان (اصفهان)، شماره هفدهم و هیجدهم، ۱۶۵-۱۸۶.
- صادقی، اکبر؛ شهیدی، شهریار و خوشبایی، کتابون. (۱۳۹۰). *اثر بخشی آموزش مدیریت والدین بر کارکرد خانواده کودکان مبتلا به اختلال نقص توجه / بیش فعالی*. فصلنامه خانواده پژوهی، سال هفتم، شماره ۲۶، ۱۷۵-۱۸۵.
- طارمیان، فرهاد؛ ماهجوی، ماهیار و فتحی، طاهره. (۱۳۸۷). *مهارت‌های زندگی (۲)*. تهران: انتشارات تربیت.
- ظفری، شقایق. (۱۳۸۸). *بررسی رابطه میزان برخورداری از مهارت‌های زندگی و عزت نفس با اضطراب امتحان و عملکرد تحصیلی دانش آموزان دختر دوره متوسطه شهر کرج*. پایان نامه کارشناسی ارشد رشته روانشناسی تربیتی، دانشگاه الزهراء (س).

- علم الهدایی، سید حسن. (۱۳۸۶). مهارتهای خوب زندگی کردن. مشهد: انتشارات دانشگاه فردوسی مشهد، چاپ اول.
- قمری، محمد. (۱۳۹۰). مقایسه ابعاد عملکرد خانواده و کیفیت زندگی و رابطه این متغیرها در بین افراد معناد و غیر معناد. *فصلنامه اعتیاد پژوهی سوء مصرف مواد*، سال پنجم، شماره هجدهم، ۵۵-۶۸.
- کار، زهرا؛ هاشمیان، کیانوش و جعفری، فروغ. (۱۳۸۹). *مشاوره خانواده (مفاهیم، تاریخچه، فرآیند و نظریه ها)*. تهران: انتشارات ارسیاران، چاپ اول.
- محسنی، اکرم. (۱۳۸۹). آموزش مهارتهای زندگی نیاز امروز جامعه بشری. *نشریه اطلاعات*، ۱۳۸۹/۴/۸.
- مرادی پولادی، فهیم. (۱۳۸۵). *بررسی رابطه عملکرد خانواده و سرسختی روان شناختی در دانشجویان متأهل دانشگاه اصفهان*. پایان نامه کارشناسی ارشد، رشته روان شناسی عمومی، دانشگاه الزهراء (س).
- مظاهری، علی؛ صادقی، منصوره سادات و حیدری، محمود. (۱۳۹۰). بررسی رابطه رفتارهای متفاوت ارتباطی نظارتی والدین در وضعیت های مختلف تحصیلی و اجتماعی فرزندان دانشجوی. *فصلنامه خانواده پژوهی*، سال هفتم، شماره ۲۵، ۳۵-۵۴.
- معصومی، معصومه. (۱۳۸۵). *بررسی اثر بخشی مهارتهای زندگی در سواد آموزان زن دوره پایانی نهضت سوادآموزی شهر تهران*. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تهران.
- موسوی، اشرف السادات. (۱۳۸۲). *بررسی کیفی و کمی عملکرد خانواده معنادان جوان. فصلنامه علمی - پژوهشی مطالعات زنان*، دانشگاه الزهراء، شماره ۳، ۵۹-۶۴.
- مهرابی زاده، مهناز؛ حسین پور، محمد و مهدی زاده، لیلا. (۱۳۸۹). اثربخشی آموزش مهارتهای زندگی در افزایش سازگاری زناشویی زنان متأهل. *مجله مطالعات آموزش و یادگیری*، دوره دوم، شماره اول، ۱۲۵-۱۳۹.
- نجات، حمید. (۱۳۸۶). *بررسی تاثیر آموزش مهارتهای زندگی بر میزان صمیمیت زوجین. دومین کنگره سراسری آسیب شناسی خانواده در ایران*، دانشگاه شهید بهشتی.
- نیک پرور، ریحانه و عربستانی، مهرداد. (۱۳۸۴). *طرح ارزشیابی برنامه آموزشی مهارتهای زندگی در پایه چهارم و پنجم دبستان*. دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی، معاونت امور فرهنگی و پیشگیری سازمان بهزیستی.
- یاراحمدیان، نسرين. (۱۳۸۸). *طراحی و آزمایش یک برنامه آموزش مهارتهای زندگی جهت افزایش کفایت اجتماعی و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان دختر سال اول دبیرستان شهر تهران*. پایان نامه کارشناسی ارشد روان شناسی تربیتی، دانشگاه الزهراء (س).
- یوسف نژاد، مانده. (۱۳۸۶). *بررسی رابطه عملکرد خانواده با طرحواره های ناسازگار و رضایت از زندگی در دانشجویان شهرستان بابل*. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه الزهراء (س).
- Epstein, N.B., Baldwin, L.M., & Bishop, D.S. (1983). The McMaster Family Assessment Device. *Journal of Marital and Family Therapy*, 9(2), 171-180.
- Miller, I. W., Epstein, N. B., Bishop, D. S., & Keitner, G. I. (1985). The McMaster Family Assessment Device: Reliability and validity. *Journal of Marital and Family Therapy*, 11(4), 345-356.
- Mohammadi, A., Adalatzadeh Aghdam, G., Kiyani, R., & Sattarzadeh, L. (2011). Investigating effect of life skills training on family functioning of epileptic people's in Tabriz. *Journal of Procedia Social and Behavioral Sciences*, 30, 2316 – 2318.

-
- Peterson, R., & Green, S. (1999). *Families' first-keys to successful family functioning: Problem solving* [on-line]. Available at <http://www.ext.vt.edu/pubs/family/350-091/350-091.html>.
- Silburn, S., Zubrick, S.R., De Maio, J.A., Shepherd, C., Griffin, J.A., & Mitrou, F.G., ... & Pearson, G. (2006). *The Western Australian Aboriginal Child Health Survey: Strengthening the capacity of aboriginal children, families and communities*. Perth: Curtin University of Technology and Telethon Institute for Child Health Research.
- Walker, R., & Shepherd, C. (2006). *Strengthening aboriginal family functioning: What works and why?* Kulunga Research Network, Telethon Institute for Child Health Research, Australian Family Relationships Clearing House briefing No. 7. Melbourne, Australian Institute of Family Studies.
- World Health Organization (1997). *Program on mental health: Life skills education for children and adolescents in school*. Geneva: Author.