

## اثر بخشی آموزش مهارت‌های زندگی با رویکرد قرآنی

یحیی مهاجر<sup>۱</sup>: استادیار، گروه روان‌شناسی، دانشگاه علامه طباطبائی  
محیا زنده دل: دانش آموخته کارشناسی ارشد، گروه روان‌شناسی شخصیت، دانشگاه علوم و تحقیقات

دوفصلنامه تخصصی پژوهش‌های میان‌رشته‌ای قرآن کریم

سال هشتم، شماره دوم، پاییز و زمستان ۱۳۹۶، صص ۱۷-۲۸

تاریخ دریافت مقاله: ۹۶/۰۵/۱۰

تاریخ پذیرش مقاله: ۹۶/۰۹/۰۱

### چکیده

پژوهش حاضر به منظور بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی با رویکرد قرآنی (شاخه سلامت روان در روابط دختر و پسر) بر نگرش دختران دبیرستانی نسبت به رابطه دوستی با جنس مخالف صورت گرفت. به این منظور پژوهشی در قالب یک طرح پژوهشی نیمه‌آزمایشی از نوع دو گروهی همراه با پیش‌آزمون، پس‌آزمون و آزمون پیگیری انجام گرفت. جامعه آماری این پژوهش کلیه دانش‌آموزان دبیرستان‌های منطقه دو تهران بود. نمونه آماری شامل شصت دانش‌آموز بود که از میان دو پایه تحصیلی از یک مدرسه انجام شد؛ به این صورت که دو کلاس از پایه نهم و دو کلاس از پایه دهم به شیوه نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. افراد گروه نمونه به طور تصادفی در گروه آزمایش و گروه کنترل گمارده شدند. ابزار مورد استفاده پرسشنامه محقق ساخته (نگرش به ارتباط قبل از ازدواج) با سی سوال بود. به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها، از آزمون تحلیل واریانس مکرر استفاده شد. یافته‌های پژوهش نشان داد که آموزش مهارت‌های زندگی با رویکرد قرآنی (شاخه سلامت روان در روابط دختر و پسر) بر متغیر وابسته نگرش دختران دبیرستانی نسبت به رابطه دوستی با جنس مخالف تأثیر داشته و بررسی داده‌های آماری نیز بیانگر معنی‌دار بودن تغییرات در شاخص نگرش دختران دبیرستانی نسبت به رابطه دوستی با جنس مخالف است.

**کلید واژه‌ها:** قرآن، مهارت‌های زندگی، روابط دوستی با جنس مخالف

## ۱. مقدمه

دوره نوجوانی و جوانی یکی از بحرانی‌ترین دوران زندگی فرد است. واقعیت این است که نوجوانی قبل از هر چیز با رشد جسمی و جنسی شروع می‌شود و در پی این جنبه از رشد است که تحولات وسیع روانی و اجتماعی در هر دو دوره نوجوانی و جوانی پدید و ادامه می‌یابد. در واقع نوجوانی با تغییرات زیستی آغاز می‌شود و با فرهنگ پایان می‌پذیرد. رشد زیستی شامل افزایش قد و وزن، رسیده شدن سیستم تولید مثل، تغییر در تناسب اندام‌ها و بروز ویژگی‌های جنسی ثانوی است. این واقعیت زیستی آثار مهمی را در تحول فرد و مناسبات او با دیگران به جای می‌گذارد؛ ضروری است که خود را با تغییرات جدید سازگار کند و بر حسب آن که در چه شرایط اجتماعی-فرهنگی زندگی می‌کند، نگرش و رفتار متناسب با آن جامعه و فرهنگ را در خود درونی سازد (لطف آبادی، ۱۳۷۹). از مهمترین نشانه بلوغ، علاقه‌مندی به جنس مخالف است که تجلی آن به صورت عاشق پیشه‌شدن و ابراز احساسات در برابر جنس مخالف است. دوستی با جنس مخالف به‌عنوان یک نیاز برای نوجوانان مطرح است. در ایران طبق چندین تحقیق به عمل آمده مشخص شده است که حدود سی تا هفتاد درصد از نوجوانان به نوعی با این مسأله روبه‌رو هستند (گلزاری، ۱۳۸۳). در یک تحقیق گسترده که روی ۷۵ هزار نفر از جوانان و نوجوانان چهارده تا نوزده سال در کشور انجام شد ۴۵ درصد از نمونه‌ها عنوان کردند که مسائل جنسی فکشان را آزار می‌دهد و ۳۵ درصد مطرح کردند که به خاطر مسائل جنسی گاهی به دردسر افتاده‌اند (صاحب‌الزمانی و دیگران، ۱۳۸۴). از این رو بررسی نیازهای اساسی این افراد و دلایل گرایش آن‌ها به ارتباط با جنس مخالف، از اهمیت فراوانی برخوردار است. چرا که تأمین نامناسب و ناصحیح این نیازها یا قرار گرفتن آن‌ها در مسیر نادرست، فرد را به لحاظ روحی و روانی و در روابط اجتماعی و زندگی خانوادگی با مشکلات عدیده‌ای روبه‌رو خواهد کرد. مشکلی بزرگ که بر سر راه تربیت نوجوانان وجود دارد این است که آنها در وضع و موقعیتی نیستند که قادر به ارزیابی خود باشند. نمی‌دانند برای چه ساخته شده‌اند؟ در چه زمینه‌ای می‌توانند پیشرفت کنند؟ دارای چه استعدادهایی هستند؟ چه مسئولیتی را می‌توانند پذیرا شوند؟ اینان نیاز دارند بدانند چه می‌خواهند؟ و این خواسته‌شان تا چه حد معقول است؟ نیروی‌شان تا چه حد ارزنده است و در چه راهی باید مصرف شود؟ چه هدفی را باید برای زندگی خویش برگزینند و... عذر نوجوان و جوانان در رابطه با آنچه نمی‌دانند پذیرفته است؛ از آن بابت که آنها تازه وارد دنیای جدید خود شده‌اند و این دیگران هستند که می‌بایست اطلاعات لازم را در اختیارشان بگذارند. بسیاری از نوجوانان که ما آن‌ها را کجرو و منحرف می‌خوانیم به آن علت تن به کجروی داده‌اند

که کسی راه و رسم حیات صحیح را به آنان نیاموخته و یا آنان را از بد حوادث آگاهی و هشجاری نداده است (قائمی، ۱۳۶۳). آنچه باعث نگرانی بزرگسالان در مورد این روابط شده، آسیب‌های ناشی از این روابط است. این آسیب‌ها عبارتند از: آسیب‌های جسمی، روان‌شناختی یا عملکردی. از آسیب‌های جسمی و جنسی می‌توان به انواع بیماری‌های مقاربتی و ضرب و شتم اشاره کرد. بارداری ناخواسته خطر اضافه‌ای است که دختران متحمل می‌شوند. از آسیب‌های روانی و عاطفی می‌توان به از دست دادن اعتماد به نفس، عزت نفس، افسردگی، اضطراب، بدبینی، احساس تنهایی، اشتغالات ذهنی و نشخوارهای فکری درباره رابطه شکست خورده اشاره کرد. از جمله آسیب‌های عملکردی، افت تحصیلی و شغلی و ایجاد اختلاف در بستر خانواده است. همه این‌ها خسارت‌های فردی، خانوادگی، اقتصادی و اجتماعی فراوانی را به جامعه تحمیل می‌کند.

یوسفی، عابدی و هویدافر (۱۳۸۶) خویشتن‌داری در رابطه با جنس مخالف را آموزش دادند و موفق شدند آگاهی دختران دبیرستانی را از روابط آسیب‌زا افزایش دهند. آن‌ها همان آموزش خویشتن‌داری را برای پسران دبیرستانی در شهر اصفهان تکرار کردند اما نتایج به افزایش آگاهی آنان از روابط آسیب‌زا منجر نشد.

یوسفی و عابدی (۱۳۸۶) به دانشجویان دختر دانشگاه اصفهان روابط سالم را با رویکرد یادگیری اجتماعی آموزش دادند که آگاهی آنان از روابط آسیب‌زا را افزایش داد. آن‌ها نگرش دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اصفهان را نسبت به روابط دختر و پسر بررسی کردند؛ نتایج نشان داد که نگرش دانشجویان نسبت به پسرانی که دوست دختر دارند منفی است؛ اما نسبت به دخترانی که دوست پسر دارند بی‌تفاوتند. در زمینه پژوهش‌های خارجی، با توجه به تفاوت فرهنگی و عمق این روابط که معمولاً تا حد روابط جنسی پیش می‌رود، بررسی نگرش در زمینه روابط دوستانه دختران و پسران بیشتر مربوط به نگرش نسبت به آموزش‌های جنسی به نوجوانان است که حکایت از نگرش مثبت والدین به این آموزش‌ها دارد. اما در ایران اطلاعات دقیقی پیرامون عمق این روابط در دسترس نیست و نمی‌توان گفت که این روابط با روابط جنسی مترادفند.

یکی از وظایف مهم تعلیم و تربیت این است که در زمینه‌هایی چون دوستی دختران و پسران، برخوردهای اجتماعی آنان، عشق و امثال آن توصیف و تصویر روشنی را برای آنان مشخص کند (احمدی، ۱۳۸۶).

آسیب‌پذیری نوجوانان و به‌ویژه دختران در ارتباطات از انگیزه‌های محقق در شناسایی عوامل مؤثر بر بهبود و تصحیح نوع نگرش به مقوله ارتباط با جنس مخالف بوده است. رویکرد نوین (آموزش مهارت‌های زندگی با رویکرد قرآنی) مدعی است با ایجاد زیرساخت‌های شناختی و فلسفی برای افراد که تأمین‌کننده نیازهای فردی، شخصیتی و هویتی آن‌هاست به ارتقاء سطح رضایت‌مندی در زندگی فرد هم در حوزه‌های شخصی و خصوصی و هم در حوزه شهروندی و اجتماعی اقدام می‌کند و سعادت دنیا و آخرت را همزمان لحاظ می‌کند (محمودیان و همکاران، ۱۳۸۷).

حال سوال این است با فرض این که دیدگاه‌های آرمانی همچون این رویکرد طبق آموزش‌های

خود می‌توانند تغییراتی را در زندگی افراد ایجاد کنند، آیا می‌توان این امر را به صورت مهارت‌های زندگی مطرح کرد و آثار مشخص و تعریف شده‌ای برای رفتار و اعمال دینی در زندگی روزمره قائل شد؟ نکته دیگر این که چنین رویکردی در آموزش (سلامت روان در روابط دختر و پسر) چه تأثیری در نگرش دختران دبیرستانی نسبت به رابطه با جنس مخالف (قبل از ازدواج) دارد؟ صاحب سبک مشاوره با رویکرد قرآنی، مجید محمودیان، مشاور خانواده و جوانان است که علاوه بر دارا بودن تخصص قرآنی و داشتن مجوز از طرف سازمان تبلیغات اسلامی و دارالقرآن الکریم، دانش آموخته دانشگاه معتبر در حوزه مشاوره و روان‌شناسی بوده و مجوز حرفه‌ای و رسمی از سازمان نظام روان‌شناسی و مشاوره دارد. آموزش سلامت روان در روابط دختر و پسر شاخه‌ای از مهارت‌های زندگی با رویکرد قرآنی است.

## ۲. روش‌شناسی پژوهش

پژوهش نیمه آزمایشی از نوع دو گروهی همراه با پیش‌آزمون، پس‌آزمون و آزمون پیگیری است. جامعه آماری، کلیه دختران دانش‌آموز دبیرستان‌های منطقه دو تهران بود که در دوره سنی پانزده سال (پایه نهم) و شانزده سال (پایه دهم) بودند. به علت این که در این سنین نوجوان کاملاً درگیر مسائل نوجوانی است، آموزش مورد نظر می‌تواند سودمند باشد و آگاهی نوجوان را افزایش داده و بتواند مسائلی را از زوایای مختلف درک کند و آثار تصمیماتش را در بلندمدت و کوتاه مدت پیش‌بینی کند. نمونه پژوهش شصت نفر از دانش‌آموزان دبیرستانی که در سال ۱۳۹۵ در حال تحصیل بودند به شیوه نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند (علت انتخاب این نمونه، دسترسی پژوهشگر به منطقه مورد نظر بود) که شامل: دو کلاس از پایه نهم (دانش‌آموزان پانزده سال) و دو کلاس از پایه دهم (دانش‌آموزان شانزده سال) بودند. شیوه گمارش آزمودنی‌ها به نمونه تصادفی ساده بود که با استفاده از جدول اعداد تصادفی و به کمک فهرست اسامی دانش‌آموزان به انتخاب نمونه اقدام شد و دانش‌آموزان به صورت تصادفی در گروه آزمایش (دو گروه شامل پانزده نفر از پایه نهم و پانزده نفر از پایه دهم) و گروه کنترل (دو گروه شامل پانزده نفر از پایه نهم و پانزده نفر از پایه دهم) جایگزین شدند. قبل از برگزاری کارگاه آموزشی یک جلسه پیش‌آزمون از هر دو گروه آزمایش و کنترل گرفته شد. در آن جلسه برای دانش‌آموزان توضیح داده شد که اطلاعاتی که به سوالات پرسش‌نامه می‌دهند صرفاً بوسیله پژوهشگر جهت یک پژوهش علمی بررسی می‌شود و به مسئولین مدرسه هیچ ارتباطی ندارد و پژوهشگر اصل رازداری را رعایت می‌کند و به دانش‌آموزان این اطمینان خاطر را می‌دهد که بدون نگرانی از افشا اطلاعات، هر آنچه با آن کاملاً موافق، موافق، بی‌نظر، مخالف و یا کاملاً مخالف هستند را علامت بزنند. بدین منظور به دانش‌آموزان گفته شد از نوشتن اسامی واقعی خود بر روی برگه خودداری کنند و به جای آن از یک اسم رمز استفاده کنند و تذکر داده شد که این پرسشنامه مجدداً در بازده‌های زمانی مختلف (پس‌آزمون و آزمون پیگیری) قرار است گرفته شود پس در انتخاب اسم رمز خود دقت کنند تا بتوانند آن را مجدداً بازیابی کنند.

و همچنین منظور از رابطه دوستی با جنس مخالف در این پژوهش به طور کامل توضیح داده شد. منظور از معاشرت و دوستی دختر و پسر پیش از ازدواج در این مطالعه، گستره‌ای از روابط میان دو جنس مخالف پیش از ازدواج است که با انگیزه‌های مختلفی مانند: صمیمیت، رفاقت، دلبستگی، فعالیت جنسی شکل می‌گیرد و در قالب شکل‌های دوستی چون قرارهای عاشقانه، دوستی به منظور ازدواج، دوستی‌های خیابانی، هم‌خانگی و شکل‌های دیگر تداوم می‌یابد. با توجه به تنوع فرهنگی در مورد موضوع رابطه با جنس مخالف، ارزش‌ها و هنجارها گوناگون است. آنچه در این تحقیق به آن توجه شده (صرف نظر از هنجارهای ملی و دینی)، تمرکز بر روی رابطه‌ای است که هدف از آن نه یک رابطه قانونی، متعهدانه، همه‌جانبه، پایدار، همراه با احساس مسئولیت و به منظور ازدواج و تشکیل خانواده، بلکه رابطه‌ای غیر متعهدانه و با کمترین احساس مسئولیت است. در این پژوهش رابطه غیر عرفی دختر با جنس مخالف، رابطه‌ای غیر از همسر و نامزد و یا سایر محارم مانند پدر، پدر بزرگ، برادر، عمو، دایی و... است. منظور از رابطه غیر عرفی ارتباطی غیر از ازدواج، عقد و نامزدی رسمی است، و نیز ارتباطی خارج از حد همکلاسی، همکاری و یا آشنایی معمولی در فامیل است. این رابطه، رابطه‌ای است عاطفی و صمیمانه که اغلب دور از چشم خانواده صورت می‌پذیرد. وجود یا عدم وجود چنین رابطه‌ای، به صورت گزینه‌ای در پرسش‌نامه محقق ساخته، از آزمودنی‌ها مورد سوال واقع شده است. چهار جلسه کارگاه آموزشی سلامت روان در روابط دختر و پسر برگزار شد و پس از آن از هر دو گروه آزمایش و کنترل پس از آزمون به عمل آمد. دو ماه بعد مجدداً از هر دو گروه آزمایش و کنترل آزمون پیگیری به عمل آمد.

## ۱.۲. کارگاه مهارت‌های زندگی قرآنی

قرآن کتاب آسمانی است که بر اساس اعتقاد قطعی ما مسلمانان وحی بوده و از هر گونه تحریف مصون بوده است و در این کتاب آسمانی آموزه‌های مختلفی برای موضوعات زندگی فردی، خانوادگی، اجتماعی انسان بیان شده که در برخی از آنها به جزئیات و تفصیل بیان گردیده و در برخی فقط کلیات آمده است. سبک زندگی قرآنی تلاشی مبتنی بر تفاسیر و ترجمه‌های رایج قرآن کریم برای طبقه بندی و دریافت اطلاعات کاربردی از آیات قرآن و احکام اسلام برای شناخت، تحلیل و یافتن راهکارهای مناسب برای مواجهه و غلبه بر مشکلات ماست (زنده‌دل، ۱۳۹۵). مهارت‌های زندگی با رویکرد قرآنی در دو حوزه فعالیت می‌کند:

نخست؛ علوم و مفاهیم ارزشمند قرآنی: به عنوان کتاب زندگی، نقشه راه و هدایت انسان از سوی خالق او نازل شده و تلاش می‌کند مفاهیم آن را بصورت کاربردی و عملیاتی استخراج گرداند. (با مجوز از سازمان تبلیغات اسلامی و سازمان دارالقرآن الکریم)؛

دوم؛ علوم روان‌شناختی و مشاوره: از کاربردی‌ترین علوم در زندگی روزمره مردم بوده و علاوه بر موضوع اصلی خود یعنی حیطه روانی با موضوعات مهمی مانند اخلاق و تربیت و اعتقادات به خوبی ارتباط برقرار می‌کند (با مجوز و پروانه فعالیت از سازمان نظام روان‌شناسی و مشاوره).

## ۱،۱،۲. عناوین چهارده گانه کارگاهها

۱) کارگاه خود آگاهی و مواجهه با خود؛ ۲) کارگاه مسئولیت و سرنوشت؛ ۳) کارگاه آشنایی دوباره با قرآن؛ ۴) کارگاه آرامش پایدار؛ ۵) کارگاه مهندسی تغییر؛ ۶) کارگاه ارتباط مؤثر؛ ۷) کارگاه تفکر؛ ۸) کارگاه کنترل خشم؛ ۹) کارگاه بازآفرینی شخصیت؛ ۱۰) کارگاه سبک فرزند پروری؛ ۱۱) کارگاه خانواده موفق؛ ۱۲) کارگاه مدیریت استرس؛ ۱۳) کارگاه سلامت روان در روابط دختر و پسر (دوره آموزشی مورد نظر)؛ ۱۴) کارگاه اصلاح روابط همسران.

این چهارده عنوان، تنها چهارده نمونه از موضوعات زندگی است که تلاش شده با استفاده از راهکارهای قرآنی بررسی و مورد تحلیل قرار گیرد. به طور مثال امروزه با طولانی شدن دوران پس از بلوغ تا زمان ازدواج مشکل جدیدی به نام رابطه دوستی دختر و پسر به شکل فراگیر ایجاد شده که آسیب‌های مختلف فرهنگی، اخلاقی، اجتماعی و عاطفی برای دختران به همراه داشته و دارد. کارگاه سلامت روان در روابط دختر و پسر فرایند آموزشی بین رشته‌ای در حوزه قرآن و مشاوره است که به موشکافی این موضوع و بیان مسئله و موضوعات آن و در نهایت ارائه راهکارهای قرآنی برای پیشگیری و کنترل آن می‌پردازد (زننده دل، ۱۳۹۵).

### جدول ۱: دوره آموزشی (سلامت روان در روابط دختر و پسر)

| عنوان جلسه   | محتوای جلسه   | روش جلسه   |
|--|---|--|
| جلسه یک دوره آموزشی (سلامت روان در روابط دختر و پسر)   | (روابط قبل از ازدواج دختر و پسر)<br>(توجه به نگرش منطقی نسبت به جنس مخالف)<br>(مدل ارتباطی برد - برد در رابطه دختر و پسر)<br>(ویژگی زنان در رابطه، ویژگی مردان در رابطه)<br>«توجه به تفاوت‌های دو جنس»<br>(مفهوم سن عقلی و شناسنامه‌ای) | به صورت کارگاه آموزشی برگزار شد.<br>(زمان: ۱۳/۳۰ ساعت) |
| جلسه دو دوره آموزشی (سلامت روان در روابط دختر و پسر)   | (از بلوغ چه می‌دانیم؟)<br>(فرضیه‌های که در روابط دو جنس مخالف وجود دارد)<br>(نیاز به ارتباط با جنس مخالف یک اصل فطری است)<br>(با چه دیدگاهی این نیاز را بررسی کنیم)<br>(چرا دیدگاه قرآن مهم است)  | به صورت کارگاه آموزشی برگزار شد.<br>(زمان: ۱۳/۳۰ ساعت) |
| جلسه سه دوره آموزشی (سلامت روان در روابط دختر و پسر)   | (بهداشت و سلامت روان در رابطه زن و مرد)<br>(قوانین مهم در رابطه زن و مرد در انتخاب همسر از دیدگاه قرآن)   | به صورت کارگاه آموزشی برگزار شد.<br>(زمان: ۱۳/۳۰ ساعت) |
| جلسه چهار دوره آموزشی (سلامت روان در روابط دختر و پسر) | (راهکارهای حفظ سلامت روان)<br>(اصل عفاف)<br>(فرمول تعامل دختر و پسر در جامعه)<br>(مراحل شکل‌گیری ارتباط بین دختر و پسر)<br>(فلسفه حجاب و آیات و روایات پیرامون حجاب)  | به صورت کارگاه آموزشی برگزار شد.<br>(زمان: ۱۳/۳۰ ساعت) |

## ۲.۲. ابزار

### ۱.۲.۲. پرسشنامه نگرش به ارتباط قبل از ازدواج

این پرسشنامه محقق ساخته است و نگرش و میزان موافقت افراد را برای ارتباطات خارج از چارچوب با دوستان غیر هم جنس مورد سنجش قرار می‌دهد. در پرسشنامه این پژوهش نیز از طیف لیکرت استفاده شد. با فرض مساوی بودن فاصله بین رتبه‌ها برای تحلیل داده‌های به دست آمده از طریق این پرسشنامه و با استفاده از این طیف، عدد سه به عنوان عدد معیار در نظر گرفته شده است. در صورتی که میانگین پاسخ‌های داده شده به مجموعه سوالات مربوط به هر شاخص بالاتر از سه باشد فرضیه مربوط به شاخص مورد نظر پذیرفته خواهد شد. جهت بررسی روایی پرسشنامه از روش روایی محتوایی استفاده شده است. روایی محتوایی توسط اساتید روان‌شناسی و صاحبان فن از جمله دکتر عبدالله شفیع آبادی و دکتر حسن پاشا شریفی مورد بررسی قرار گرفته و تأیید شده است. نتایج نشان داد این آزمون دارای روایی ۰/۹۳ است. پرسشنامه مورد استفاده در این تحقیق قبلاً توسط سایر محققین مورد استفاده قرار گرفته‌اند؛ بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که پرسش‌نامه از روایی محتوایی لازم برخوردار است.

## ۳. یافته‌ها

جدول ۲ شاخص‌های توصیفی میانگین و انحراف معیار در دو گروه آزمایش و کنترل را نشان می‌دهد؛ همان‌طور که مشاهده می‌شود نمرات پس‌آزمون گروه آزمایش کاهش بیشتری در نگرش دختران نسبت به رابطه دوستی با جنس مخالف نسبت به گروه کنترل داشته است. در مرحله پیگیری نمرات دو گروه تغییر چندانی نسبت به مرحله پس‌آزمون نشان نداده است.

جدول ۲: شاخص‌های توصیفی میانگین و انحراف معیار در دو گروه آزمایش و کنترل

| تعداد | انحراف معیار | میانگین | گروه   |           |
|-------|--------------|---------|--------|-----------|
| ۳۰    | ۱۷/۶۴۷       | ۸۷/۲۰   | آزمایش | پیش‌آزمون |
| ۳۰    | ۱۵/۶۱۵       | ۸۵/۵۷   | کنترل  |           |
| ۳۰    | ۱۷/۸۶۳       | ۶۶/۵۳   | آزمایش | پس‌آزمون  |
| ۳۰    | ۱۵/۰۷۴       | ۸۲/۴۳   | کنترل  |           |
| ۳۰    | ۱۷/۵۸۵       | ۶۶/۸۷   | آزمایش | پیگیری    |
| ۳۰    | ۱۴/۷۵۲       | ۸۲/۶۳   | کنترل  |           |

### ۱.۳. پیش‌فرض‌های مربوط به آزمون آمار استنباطی مورد استفاده

#### ۱.۱.۳. توزیع طبیعی بودن متغیرهای وابسته

نتایج نشان می‌دهد که سطح معنی‌داری در آزمون فوق‌الذکر از ۰/۰۵ بزرگ‌تر است، لذا توزیع نمره‌ها در متغیرهای پژوهش طبیعی است ( $P > 0.05$ ).

### ۲،۱،۳. تساوی واریانس‌ها

نتایج آزمون لوین نشان می‌دهد که چون سطح معناداری به دست آمده بزرگ‌تر از ۰/۰۵ است، بنابراین در متغیر نگرش دختران نسبت به رابطه با جنس مخالف شرط تساوی واریانس‌های بین گروهی رعایت شده است.

### ۳،۱،۳. مفروضه تساوی ماتریس‌های واریانس - کوواریانس

نتایج این آزمون نشان می‌دهد که چون سطح معنی‌داری به دست آمده بزرگ‌تر از ۰/۰۵ است، بنابراین داده‌های پژوهش فرض تساوی ماتریس‌های واریانس - کوواریانس را زیر سؤال نبرده است؛ بر این اساس این پیش‌فرض نیز رعایت شده است.

### ۴،۱،۳. مفروضه کرویت بارتلت

نتایج نشان می‌دهد که مقدارهای معنی‌داری در آزمون کرویت بارتلت از ۰/۰۵ کوچکتر است. این نتیجه با توجه به سطح معنی‌داری نشان دهنده آن است سطح قابل قبولی از همبستگی‌های بین متغیرهای پژوهش را بررسی کنیم.

نتیجه آزمون کرویت موجلی نگرش دختران نسبت به رابطه دوستی با جنس مخالف را نشان می‌دهد که برای بررسی تساوی واریانس از آزمون کرویت موجلی استفاده شد. در این متغیر آزمون کرویت موجلی در سطح ۰/۰۵ معنی‌دار است ( $\text{sig}=0/001$ ). در نتیجه از فرض یکسان بودن واریانس‌ها و به گونه‌ای دقیق‌تر شرط تساوی ماتریس کواریانس اطمینان حاصل نشد و لذا تخطی از الگوی آماری F صورت گرفته است. بنابراین از آزمون محافظه کارانه گرین هاوز گیرز استفاده شد که نتایج در جدول ۸ آمده است که این آزمون با هدف تعدیل درجه آزادی برای تفسیر F انجام شد. خلاصه نتایج تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر نگرش دختران دبیرستانی نسبت به رابطه دوستی با جنس مخالف را نشان می‌دهد که اندازه‌گیری مکرر طبق جدول در سه مرحله تفاوت معنی‌داری با هم دارند. به عبارتی دیگر بین نمره‌های عامل (پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری) در نگرش دختران نسبت به رابطه دوستی با جنس مخالف تفاوت معنی‌داری به دست آمد ( $P < 0/01$ )؛ به عبارت دیگر آموزش سلامت روان در روابط دختر و پسر (شاخه‌ای از مهارت‌های زندگی با رویکرد قرآنی) بر نگرش دختران دبیرستانی نسبت به رابطه دوستی با جنس مخالف مؤثر است.

نتایج آزمون تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر نشان داد که در پس آزمون و پیگیری در مقایسه با پیش آزمون نگرش دختران دبیرستانی نسبت به رابطه دوستی با جنس مخالف در اثر آموزش آموزش سلامت روان در روابط دختر و پسر (شاخه‌ای از مهارت‌های زندگی با رویکرد قرآنی) تغییر کرده است. اما تفاوت پیش آزمون - پس آزمون و تفاوت پس آزمون - پیگیری مشخص نبود که متوجه شویم آیا نگرش دختران دبیرستانی نسبت به رابطه دوستی با جنس مخالف در مرحله پس آزمون تغییر و تداوم را در بر داشته است؟ برای بررسی این امر به بررسی مقایسه دو به دوی



میانگین تعدیل شده مراحل آزمون پرداخته شد.

به منظور مشخص کردن اینکه متغیر نگرش دختران دبیرستانی نسبت به رابطه دوستی با جنس مخالف در کدام مرحله باهم تفاوت معنی داری دارند از آزمون‌های تعقیبی بن فرونی با رعایت تساوی واریانس استفاده شد که به مقایسه دو به دو میانگین‌ها پرداخته شده است. قبل از انجام آزمون بن فرونی، در هر مرحله تساوی واریانس‌های آزمون بین گروه‌های پژوهشی مورد بررسی قرار گرفت که سطوح معنی داری از آزمون لوین مربوط به همه مراحل آزمون بیشتر از میزان ( $p < 0.05$ ) بود لذا تساوی واریانس‌ها تأیید شد.

#### ۴. نتیجه‌گیری

نتایج نشان داد که آموزش سلامت روان در روابط دختر و پسر (شاخه‌ای از مهارت‌های زندگی با رویکرد قرآنی) بر نگرش دختران دبیرستانی نسبت به رابطه دوستی با جنس مخالف در هر دو مرحله پس آزمون و پیگیری تأثیر معنی داری داشته است، اما تفاوت میانگین نگرش دختران دبیرستانی نسبت به رابطه دوستی با جنس مخالف پس آزمون - پیگیری تفاوت معنی داری نشده است. این نشان دهنده آن است که نگرش دختران دبیرستانی نسبت به رابطه دوستی با جنس مخالف در مرحله پس آزمون تغییر و و تداوم این تغییر در مرحله پیگیری را در بر داشته است. نتایج نشان داد تفاوت میانگین نگرش دختران دبیرستانی نسبت به رابطه دوستی با جنس مخالف در دو گروه آزمایش و کنترل معنادار است. بر این اساس آموزش سلامت روان در روابط دختر و پسر (شاخه‌ای از مهارت‌های زندگی با رویکرد قرآنی) بر نگرش دختران دبیرستانی نسبت به رابطه دوستی با جنس مخالف مؤثر است، این نتیجه در مرحله پیگیری نیز ماندگار بود. بنابراین فرضیه پژوهش تأیید شد. نتیجه‌ای که به شکل مستقیم با یافته این پژوهش همسویی داشته باشد، یافت نشد ولی این یافته به طور غیرمستقیم با یافته‌های صاحب‌الزمانی و همکاران (۱۳۸۴)؛ دارانی و همکاران (۱۳۸۷) و عبدلی (۱۳۹۰) همسویی دارد. صاحب‌الزمانی و همکاران (۱۳۸۴) نشان دادند که آموزش بر آگاهی و نگرش دختران دبیرستانی نسبت به دوستی با جنس مخالف در همه موارد مورد بررسی (یعنی مشکل آفرین بودن دوستی با جنس مخالف، قصد پسران از این دوستی‌ها، حد بی‌خطر بودن روابط، عکس‌العمل دختران در زمان بهم خوردن دوستی، عکس‌العمل خانواده‌ها در هنگام برملا شدن رابطه‌ها و چگونگی اقدام دختر برای شروع دوستی مناسب) مؤثر بوده است. دارانی و همکاران (۱۳۸۷) نشان دادند که آموزش مبتنی بر افزایش آگاهی از آسیب‌های ناشی از روابط آسیب‌زای دختر و پسر بر بهبود نگرش آن‌ها در حیطه‌های «آسیب به زندگی مشترک آینده» و «آسیب به روابط خانوادگی» تأثیر دارد. این تغییر در حیطه «آسیب‌های اجتماعی» فقط در مرحله پس آزمون ایجاد شد. همچنین این مداخله بر نگرش آنان در حیطه‌های «آسیب‌های عاطفی، روانی» و «مشکلات تحصیلی» تأثیر معنادار نداشت. عبدلی (۱۳۹۰) به تأثیر آموزش روابط سالم بر تغییر نگرش دانش‌آموزان به روابط دختر و پسر پرداخت و نشان داد در مجموع آموزش روابط سالم باعث تغییر نگرش دانش‌آموزان به روابط دختر و پسر در مرحله

پس آزمون می‌شود. می‌توان گفت آموزش‌هایی که مبتنی بر تعالیم قرآنی و اسلامی است، با تأکید بر نیازهای طبیعی انسانی، دنیا و آخرت، جسم و روح، فرد و زندگی اجتماعی او را در نظر می‌گیرد و فرد را به دانشی مجهز می‌کند که در روابط خود با دنیای پیرامون و روابط با جنس مخالف رفتاری جامعه‌پسند و عاقلانه‌تر داشته باشند (جاوید، ۱۳۹۱). قرآن با آموزه‌ها و آیاتی که دارد، حدود و چگونگی روابط با جنس مخالف را تشریح می‌کند و راهکارهای عملی به افراد می‌دهد تا در روابط خود حد و حدود را رعایت کنند و به گرفتاری‌های بعدی دچار نشوند. در آموزش سلامت روان در روابط دختر و پسر، دانش‌آموزان دختر دبیرستانی یاد می‌گیرند که برای این که در ازدواج موفق باشند و زندگی پایدار و با نشاطی داشته باشند، باید پاکدامن باشند و از روابط نامشروع خودداری کنند، همچنین با شرکت در این آموزش‌ها آن‌ها درمی‌یابند که رمز موفقیت در رابطه با جنس مخالف، پاکدامنی و نداشتن دوستی‌های پنهانی است. فرمول طلایی برای سلامت روان از نظر اسلام، ممنوعیت ایجاد رابطه پنهانی و موضوعات رازگونه است. تأکید قرآن، تعالیم و آموزه‌های قرآنی، ایمان است. تأکید این آموزش‌ها این است که به افراد اصل کفو بودن را بیاموزد یعنی افراد به این باور برسند که افراد پاک برای افراد پاک آفریده شده‌اند و افراد ناپاک برای افراد ناپاک و در صورتی که خواهان جلب افراد پاک هستند در درجه اول خود باید پاک بمانند. از نظر قرآن و اسلام، زن و مرد دو موجودی هستند که مکمل یکدیگرند و خداوند آن‌ها را برای همدیگر آفریده است، یکی از نیازهایی که زن و مرد به همدیگر دارند، نیاز جنسی است. اما برآورده شدن این نیاز باید در چارچوب قوانین و دستورات اسلام باشد تا به گوهر پاکی و عفت طرفین هیچ‌گونه خدشه‌ای وارد نشود. از نظر شرع مقدس اسلام، هر گونه ارتباط بین دختر و پسر، قبل از ازدواج، اعم از ارتباط مستقیم و غیر مستقیم، اگر با قصد لذت (جنسی) باشد یا خوف فتنه و ترس افتادن به گناه در آن ارتباط وجود داشته باشد، جایز نبوده و اشکال دارد. اما ارتباط شغلی و حرفه‌ای و علمی و تحصیلی، اگر باعث فتنه و مفسده نشود و موازین شرع در آن رعایت شود، اشکال ندارد. عدم آگاهی و آسان‌گیری جوانان از یک سو و عدم شکل‌گیری کامل هویت در این سنین معمولاً موجب تبدیل روابط سالم به روابط آسیب‌زا می‌شود (یوسفی، عابدی، ۱۳۸۶). و آموزش سلامت روان در روابط دختر و پسر با تأکید بر رویکرد قرآنی سبب پیشگیری از ایجاد روابط ناسالم و آسیب‌ها می‌شود. آموزش‌های قرآنی تأثیر قابل توجهی در نگرش و سامان‌دهی روابط بین دختر و پسر ایجاد می‌کند (rizvi SM, ۱۹۹۴). ازدواج تنها مکانیسم مقبول از نگاه قرآنی در روابط دختر و پسر است (جاوید، ۱۳۹۱). و از این رهگذر آموزه‌های سلامت روان مبتنی بر تعالیم اسلامی در روابط دختر و پسر، نگرش افراد را به رابطه دوستی با جنس مخالف تحت تأثیر قرار می‌دهد. تأکید اصلی آموزش‌های سلامت روان در روابط دختر و پسر با رویکرد قرآنی، خویشتن‌داری و ارتباط به دور از گناه دختر و پسر است و با آگاه‌سازی‌هایی که در این نوع آموزش برای افراد اتفاق می‌افتد، نگرش آن‌ها به روابط دختر و پسر تغییر می‌کند؛ بنابراین منطقی است که آموزش سلامت روان در روابط دختر و پسر (شاخه‌ای از مهارت‌های زندگی با رویکرد قرآنی) بر نگرش دختران دبیرستانی نسبت به رابطه دوستی با جنس مخالف مؤثر باشد (زنده‌دل، ۱۳۹۵).

## محدودیت‌ها

۱) سوگیری آزمودنی‌ها در پاسخگویی به پرسش‌ها، چرا که برخی سوالات راجع به خصوصی‌ترین مسائل است و ممکن است آزمودنی‌ها با صداقت پاسخ ندهند و این امر ممکن است نتیجه آزمون را تحت تأثیر قرار داده باشند.

۲) در این پژوهش برای جمع‌آوری داده‌ها صرفاً از پرسش‌نامه استفاده شده است. بنابراین محدود بودن ابزار پژوهش به پرسش‌نامه از دیگر محدودیت‌های پژوهش حاضر است.

## پیشنهادها

۱) در پژوهشی مشابه تأثیر آموزش سلامت روان در روابط دختر و پسر (شاخه‌ای از مهارت‌های زندگی با رویکرد قرآنی) بر نگرش پسران به رابطه دوستی با جنس مخالف نیز بررسی شود.  
۲) با توجه به اینکه این پژوهش در شهر تهران صورت پذیرفته است، برای افزایش توان تعمیم نتایج، این پژوهش در شهرهای دیگر نیز انجام شود و نتیجه آن با نتیجه پژوهش حاضر مقایسه شود.  
۳) در پژوهش‌های آتی در صورت امکان برای جمع‌آوری داده‌ها علاوه بر پرسش‌نامه از مصاحبه نیز استفاده شود.

۴) به محققانی که به این حوزه علاقه دارند پیشنهاد می‌شود اثربخشی آموزش سلامت روان در روابط دختر و پسر (شاخه‌ای از مهارت‌های زندگی با رویکرد قرآنی) را بر شاخص‌هایی مانند سلامت روان، کیفیت زندگی، پیشرفت تحصیلی، افسردگی، هوش هیجانی و دیگر متغیرها در دانش‌آموزان دبیرستانی بررسی کنند.

۵) به محققانی که به این حوزه علاقه‌مند هستند، پیشنهاد می‌شود اثر بخشی سایر مهارت‌های زندگی با رویکرد قرآنی (مهارت‌های چهارده گانه) را مورد بررسی و اندازه‌گیری قرار دهند.

## منابع

- قرآن کریم (۱۳۹۳). مترجم حسین انصاریان، سازمان دارالقرآن کریم، نشر تلاوت.  
احمدی، محمد رضا با همکاری جمعی از محققان (۱۳۸۶). روابط پسر و دختر، قم: نشر معارف.  
جاوید، محمد جواد (۱۳۹۱). فرهنگ دوستی اسلامی ناظر به روابط اجتماعی - حقوقی دختر و پسر. مجله زن در فرهنگ و هنر، ۴(۲)، ۱۲۱-۱۴۱.  
دارانی، هما؛ مهربانی، حسین علی؛ کجیاف، محمدباقر؛ عابدی و محمدرضا (۱۳۸۷). بررسی تأثیر آموزش مبتنی بر افزایش آگاهی از آسیب‌های ناشی از روابط آسیب‌زای دختر و پسر بر نگرش دانش‌آموزان دختر.  
زنده‌دل، محیا (۱۳۹۵). اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی با رویکرد قرآنی بر روی نگرش دختران دبیرستانی نسبت به رابطه دوستی با جنس مخالف. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه

- علوم و تحقیقات، گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم انسانی.  
صاحب‌الزمانی، محمد؛ صفوی، محبوبه و ریاضی، سیده رباب (۱۳۸۴). بررسی تأثیر آموزش بر آگاهی و نگرش دختران دبیرستان‌های منطقه ۱۴ تهران نسبت به دوستی با جنس مخالف. فصلنامه علوم پزشکی، ۱۵(۴)، ۲۰۷-۲۱۷.
- عبدلی، ستاره (۱۳۹۰). تأثیر آموزش روابط سالم بر پیشرفت تحصیلی و تغییر نگرش دانش‌آموزان دختر. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی قائمی، علی (۱۳۶۸). خانواده و تربیت کودک، تهران: انتشارات امیری.
- لطف‌آبادی، حسین (۱۳۷۹). روان‌شناسی رشد کاربردی نوجوانی و جوانی. جلد اول، تهران: نشر سازمان ملی جوانان.
- محمودیان، مجید؛ خوش‌کنش، ابوالقاسم و صالح‌صدق‌پور، بهرام (۱۳۸۷). بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی با رویکرد قرآنی بر افسردگی دانشجویان. فصلنامه تخصصی پژوهش‌های میان‌رشته‌ای قرآنی.
- یوسفی، زهرا و عابدی، محمدرضا (۱۳۸۶). بررسی اثربخشی آموزش روابط سالم با رویکرد یادگیری اجتماعی بر افزایش آگاهی دختران از روابط آسیب‌زای دختران و پسران. فصلنامه اصول بهداشت روانی، ۹(۳۵)، ۱۶۰-۱۵۳.
- یوسفی، زهرا؛ عابدی، محمدرضا و هویدافر، رضوان (۱۳۸۶). سالم‌سازی روابط دختران و پسران. فصلنامه تازه‌های روان‌درمانی، ۴۳ و ۴۴، ۸۷-۹۶.
- Rizvi SM. (1994) Marriage and Morals in Islam. Ontario: Islamic education and information center publisher, 40-45.