

دانشگاه فرهنگیان

فصل‌نامه علمی-ترویجی آموزش پژوهی

سال پنجم، شماره هفدهم، بهار ۱۳۹۸

## رابطه انسجام خانوادگی و مهارت‌های زندگی در دانشجویان

### دانشگاه فرهنگیان استان فارس

عباس اناری نژاد<sup>۱</sup>، محمدجواد دژکوهی<sup>۲</sup>، فاطمه خاکسار<sup>۳</sup>

دریافت: ۹۸/۱/۲۱

پذیرش: ۹۸/۲/۱۴

#### چکیده

مقاله حاضر با هدف بررسی رابطه انسجام خانوادگی و مهارت‌های زندگی در دانشجویان دانشگاه فرهنگیان استان فارس صورت گرفت. این تحقیق با روش توصیفی-همبستگی بر روی جامعه آماری شامل دانشجویان دانشگاه فرهنگیان استان فارس انجام شد. برای نمونه‌گیری، تعداد ۲۸۲ نفر انتخاب شدند. برای گردآوری داده‌ها از دو پرسش‌نامه انسجام خانوادگی و مهارت‌های زندگی استفاده و پایایی دو پرسش‌نامه با استفاده از روش آلفای کرونباخ محاسبه و تأیید شد. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها نرم‌افزار SPSS-16 به کار گرفته شد. نتایج این مطالعه نشان داد که بین انسجام خانوادگی و مهارت‌های زندگی دانشجویان مورد مطالعه رابطه معناداری وجود دارد؛ بین دانشجویان پسر و دختر از نظر انسجام خانوادگی و مهارت‌های زندگی تفاوت معناداری وجود دارد؛ بین دانشجویان مجرد و متأهل و نیز بین دانشجویان شهری و روستایی از نظر انسجام خانوادگی و مهارت‌های زندگی تفاوت معناداری وجود ندارد؛ بین انسجام خانوادگی و مهارت‌های زندگی با معدل دانشجویان مورد مطالعه رابطه معناداری وجود دارد و انسجام خانوادگی قادر به پیش‌بینی مهارت‌های زندگی دانشجویان است. بر اساس یافته‌ها، دانشجویانی که در خانواده انسجام اجتماعی بیشتری داشتند، از مهارت‌های زندگی بالاتری برخوردار بودند، دانشجویان دختر نسبت پسر دارای مهارت‌های زندگی بالاتری بودند و بالأخره، دانشجویانی که دارای مهارت‌های زندگی بالاتری بودند و خانواده آنها از انسجام اجتماعی بیشتری برخوردار بود، در تحصیل موفق‌تر بودند.

**کلیدواژه‌ها:** انسجام خانوادگی، مهارت‌های زندگی، دانشجویان، دانشگاه فرهنگیان.

۱. استادیار گروه علوم تربیتی، دانشگاه فرهنگیان، ایران

۲. دانشجوی مقطع کارشناسی ریاضی، دانشگاه فرهنگیان، ایران، نویسنده مسؤل،

mohammadjavaddezhkoohi@gmail.com

۳. دانشجوی کارشناسی الهیات، دانشگاه فرهنگیان، ایران

**مقدمه**

دنیای امروز دنیای ارتباطات نامیده می‌شود. با گسترش رسانه‌های همگانی از جمله رادیو، تلویزیون و اخیراً اینترنت و ... اطلاعات زیادی در اختیار مردم قرار می‌گیرد، به طوری که بعضاً باعث ایجاد بحران اطلاعات می‌شود. منظور از بحران اطلاعات، هجوم بی‌وقفه اطلاعاتی است که متأسفانه درونی نشده و برخلاف گذشته به مهارت تبدیل نمی‌شود. مهارت به معنی استفاده‌ی ماهرانه و توانمندانه از دانش است. مهارت‌های زندگی، توانایی‌های روانی-اجتماعی برای رفتار انطباقی و مؤثر هستند که افراد را قادر می‌سازند تا به طور مؤثرتری با مقتضیات و چالش‌های زندگی روزمره مقابله کنند.

ده مهارت به شرح زیر به عنوان مهارت‌های زندگی اصلی معرفی شده‌اند که به مرور آنها خواهیم پرداخت (وحیدشاهی و همکاران، ۱۳۸۹):

**مهارت تصمیم‌گیری:** در این مهارت افراد می‌آموزند که تصمیم‌گیری چیست و چه اهمیتی دارد. آنها همچنین با انواع تصمیم‌گیری آشنا شده و مراحل یک تصمیم‌گیری را گام به گام تمرین می‌کنند.

**مهارت حل مسأله:** این مهارت عبارت است از تعریف دقیق مشکلی که فرد با آن روبروست؛ شناسایی و بررسی راه‌حل‌های موجود، انتخاب و اجرای راه‌حل مناسب و ارزیابی فرایند حل مسأله به گونه‌ای انجام می‌گیرد که فرد دچار دغدغه و اضطراب نشود و از راه‌های غیر سالم برای حل مشکل استفاده نکند.

**مهارت تفکر خلاق:** توانایی تفکر خلاق یک مهارت سازنده و پایه برای رسیدن به سایر مهارت‌های مرتبط با سبک تفکر است. در این مهارت فرد یاد می‌گیرد که به شیوه‌ای متفاوت بیندیشد و از تجربه‌های متفاوت و معمولی خویش فراتر برود و راه‌حلهایی را خلق کند که خاص و ویژه خودش است.

**مهارت تفکر نقاد:** این مهارت شامل توانایی تحلیل عینی اطلاعات موجود با توجه به تجارب شخصی و شناسایی آثار ارزش‌های اجتماعی، همسالان و رسانه‌های گروهی بر رفتار فردی و تفسیر این اطلاعات برای خود است.

**مهارت برقراری ارتباط مؤثر:** کسب این مهارت به ما می‌آموزد برای درک موقعیت دیگران چگونه به سخنان آنان گوش دهیم و چگونه دیگران را از احساس و نیازهای خود آگاه کنیم تا ضمن به دست آوردن خواسته‌های خود، طرف مقابل نیز احساس رضایت کند.

**مهارت ایجاد و حفظ روابط بین فردی:** مهارتی است که به فرد کمک می‌کند تا به وسیله آن با افراد مختلف و اعضای خانواده تعامل مثبت داشته باشد؛ مرز روابط را تشخیص دهد و بتواند با دیگران همکاری کند.

**مهارت خودآگاهی:** کمک می‌کند فرد بتواند نقاط قوت و ضعف، ترس‌ها و نیازهای خود را بشناسد و

آنها را مدیریت کند. فرد می‌آموزد که چه شرایط یا موقعیت‌هایی برای وی فشارآور هستند.

**مهارت همدلی کردن:** یعنی یادگیری نحوه درک احساسات دیگران. در این مهارت فرد می‌آموزد که

چگونه احساسات افراد دیگر را تحت شرایط مختلف درک کند، تفاوت‌های فردی را بپذیرد و

روابط بین فردی خود را با افراد مختلف بهبود ببخشد.

**مهارت مقابله با هیجان:** این مهارت به معنی شناخت هیجان‌ها و تأثیر آنها بر رفتار فرد و نحوه اداره

هیجان‌های شدید و مشکل‌آفرین همچون خشم است.

**مهارت مقابله با استرس:** در این مهارت افراد یاد می‌گیرند که چگونه با فشارها و تنش‌های ناشی از

زندگی مقابله کنند.

نقش مهارت‌های زندگی در حفظ و نگهداری نهاد خانواده و جامعه بسیار پراهمیت است؛ به طوری

که برای داشتن یک زندگی منطقی، سالم، هدفمند و انعطاف‌پذیر در برابر مشکلات و فراز و نشیب‌های

آن، کسب مهارت‌های زندگی، امری لازم و ضروری است. ثابت شده که آموزش مهارت‌های زندگی

می‌تواند بر روی افراد تمام گروه‌های سنی (کودکان، نوجوانان و جوانان، بزرگسالان) و تمام

گروه‌های اجتماعی، فرهنگی، سیاسی و اقتصادی و بر پایه نیازها و ضرورت‌ها، اجرا شود و می‌تواند

در رفتارهای تک تک افراد گروه‌های سنی مختلف، تأثیر مثبتی داشته باشد (رحمت‌زاده، ۱۳۹۱).

پژوهش‌های بی‌شمار نشان داده‌اند که بسیاری از مشکلات بهداشتی و اختلالات روانی-عاطفی،

ریشه‌های روانی-اجتماعی دارند. از جمله پژوهش در زمینه سوء مصرف مواد نشان داده که سه عامل

مهم شامل عزت نفس ضعیف، ناتوانی در بیان احساسات و فقدان مهارت‌های ارتباطی با سوء مصرف

مواد رابطه دارند (مک دانالد و همکاران، ۱۹۹۱). همچنین زیمرمن و همکاران (۱۹۹۲) بین احساس

خودکارآمدی شخصی و موفقیت تحصیلی همستگی معناداری یافتند. مطالعات زیادی دلالت بر آن

دارند که بین عزت نفس ضعیف و سوء مصرف الکل و دارو (سینگ و مصطفی، ۱۹۹۴)، بزهکاری

(دوکزو لورج، ۱۹۸۹)، بی بندوباری جنسی (کدی، ۱۹۹۲) و افکار خودکشی (چوکت، ۱۹۹۳) رابطه

وجود دارد. بنابراین با توجه به مدارک و شواهد علمی و به منظور پیشگیری از بروز آسیب‌های اجتماعی

مانند خودکشی، اعتیاد، خشونت، رفتارهای بزهکارانه و اختلالات روانی، لازم است به موضوع بهداشت

روانی و اهمیت آن توجه بیشتری شود. از طرفی ماهیت مشکلات روانی-اجتماعی به گونه‌ای است که

مقابله با آنها در سطوح بعدی مداخله (پیشگیری ثانویه و ثالث) هزینه‌های قابل ملاحظه‌ای را از نظر نیروی

انسانی و مسائل مالی بر جوامع تحمیل می‌کند، همچنین اثربخشی و کارآمدی آنها نیز بسیار محدود و حتی در مواردی ناچیز خواهد بود.

این واقعیات باعث شده که صاحب‌نظران و متخصصان حیطه بهداشت روانی در جهان تمام کوشش و توجه خود را حول محور برنامه‌های پیشگیری در سطح اول متمرکز سازند. به همین منظور برنامه‌های پیشگیری هم در سطح عام و با هدف کاهش و کنترل انواع آسیب‌های روانی-اجتماعی و هم در سطح خاص و در رابطه با کاهش و کنترل مشکلات خاص (از قبیل وابستگی دارویی، افسردگی، و ...) در نقاط مختلف جهان طراحی و اجرا شده است.

با وجود تغییرات عمیقی که در شیوه زندگی جوامع امروزی رخ داده، متأسفانه هنوز بسیاری از افراد در مواجهه با ناملایمات و مشکلات زندگی از روش‌های ناکارآمد و سنتی گذشته تربیتی خود استفاده می‌کنند. اگر در دوران زندگی تربیتی خود خشم و پرخاشگری از سوی بزرگ‌ترها راهکاری هرچند موقتی برای خاموش کردن رفتارهای غلط و نامناسب به کار گرفته شده، با وجود اشراف کامل به غلط بودن این شیوه تربیتی، هنوز بر سر فرزندان خود فریاد می‌زنیم و با رفتاری غیرانسانی که بیشتر برخاسته از طبیعت غریزی ماست سعی در سرکوب رفتارهای به اصطلاح غلط خود، فرزندان و حتی اطرافیانمان داریم. چرا چنین شیوه‌ای اتخاذ می‌شود و ما را بیش از پیش آسیب‌پذیرتر می‌کند؟ سؤالی است که «فقدان آموزش لازم برای زندگی» به نظر پاسخ نسبتاً مناسبی برای آن است. مهارت‌های زندگی شامل مجموعه‌ای از توانایی‌ها هستند که قدرت سازگاری و رفتار مثبت و کارآمد را افزایش می‌دهند. در نتیجه شخص قادر می‌شود بدون این که به خود یا دیگران صدمه بزند، مسؤولیت‌های مربوط به نقش اجتماعی خود را بپذیرد و با چالش‌ها و مشکلات روزانه زندگی به شکل مؤثر روبرو شود. محققان تأثیر مثبت مهارت‌های زندگی را در کاهش سوء مصرف مواد، استفاده از ظرفیت‌ها و توانمندی‌های هوشی و شناختی، پیشگیری از رفتارهای خشونت‌آمیز، افزایش خوداتکایی و اعتماد به نفس و ... مورد تأیید قرار داده‌اند. به‌ویژه در کاهش سوء مصرف مواد بر نقش کلیدی مهارت‌های زندگی تأکید می‌شود. همچنین آموزش این مهارت‌ها به عنوان یک روش عام پیشگیری از آسیب‌های فردی و اجتماعی مورد تأکید بوده است. در مطالعه اسمیت (۲۰۰۴) نشان داده شد که آموزش مهارت‌های زندگی به‌طور قابل توجهی منجر به کاهش مصرف الکل و مواد مخدر در جوانان می‌شود. اسمیت و گری (۲۰۰۵) نیز نشان دادند آموزش مهارت‌های زندگی اثر معنی‌داری بر توانایی‌های رهبری و مدیریت در جوانان دارد.

فرایند نقش مهارت‌های زندگی در ارتقاء بهداشت روان را می‌توان به این شرح بیان کرد که یادگیری موفقیت‌آمیز مهارت‌های زندگی، احساس یادگیرنده را در مورد خود و دیگران تحت تأثیر قرار می‌دهد؛ افزون بر این کسب این مهارت‌ها نگرش دیگران را نیز در مورد فرد تغییر می‌دهد. به همین خاطر کسب مهارت‌های زندگی هم شخص را تغییر می‌دهد و هم محیط را؛ و این اصل دوسویه، ارتقاء بهداشت روان را شتابی دوجانبی می‌بخشد. کسب مهارت‌های زندگی برای دانشجویان نیز لازم و ضروری است تا در آینده با ورود به اجتماع کمتر دچار ناهنجاری‌های فردی و اجتماعی شوند. البته این وظیفه مهم در درجه اول به عهده والدین و در گرو انسجام خانواده است که این مهارت‌ها را در فرزندان تقویت کنند. برخورداری از مهارت و توانایی زندگی سالم، موجب سرزدن رفتارهایی از انسان می‌شود که به او کمک می‌کنند در ارتباط با خودش، جامعه و دیگران مسؤولانه رفتار کند و تصمیم‌گیری‌های درستی داشته باشد و در اثر آن، در جامعه امنیت پیدا می‌کند.

السون و همکاران، انسجام خانواده را پیوندی عاطفی که میان اعضای خانواده وجود دارد تعریف می‌کنند. این انسجام در سطوح متفاوتی در خانواده‌ها وجود دارد؛ برخی خانواده‌ها سطح بالایی از پیوند عاطفی با یکدیگر دارند و برخی دیگر در سطوح متوسط و پایین‌تر قرار دارند. عوامل کوچک و بزرگی وجود دارند که خانواده را در برابر مشکلات پایدار و مقاوم می‌سازند و باعث می‌شوند که اعضای خانواده در کنار هم محکم بایستند و با مشکلات مبارزه کنند. انسجام<sup>۱</sup> و پیوند میان اعضای خانواده که عامل اتحاد و یکی شدن اعضای می‌شود یکی از نیرومندترین عوامل ایجاد رضایت و سازگاری در خانواده است.

نتایج بسیاری از تحقیقات نشان داده که در باب انسجام خانوادگی و نحوه سازگاری فرزندان، سازگاری مطلوب را فرزندان کسب می‌کنند که احساس همبستگی و انسجام بالایی با اعضای خانواده به ویژه والدین دارند.

وانت و کلیتران (۲۰۰۵) نیز دریافته‌اند فقدان توجه مادر، پیش‌بینی‌کننده خودناتوان‌سازی است. همچنین تحقیقات آنها حاکی از آن است که فرزندان که از اعتماد به نفس پایینی برخوردارند بیشتر از راهبردهای خودناتوان‌سازی استفاده می‌کنند. زاگرم‌ن و ته‌سای (۲۰۰۵) طی مطالعات خود به این نتیجه رسیدند که خودناتوان‌سازی و ناسازگاری همیشه یکدیگر را تقویت می‌کنند.

## 1. Solidarity

استمرار و پایداری حیات اجتماعی، سیاسی و فرهنگی یک جامعه، در گرو انسجام و همبستگی بین اجزاء و عناصر سازنده ساختار اجتماعی است. انسجام، توافق در اهداف، ارزش‌ها و نگرش‌هاست و در فرایندی اجتماعی متولد می‌شود و از سوی دیگر، انسجام، پدیده‌ای نیست که یک بار برای همیشه ایجاد شود، بلکه نیازمند بازسازی و بازتولید مستمر است (ازکیا، ۱۳۸۰).

با توجه به یافته‌های یک پژوهش (سیری و سیری، ۱۳۹۴) بین انسجام خانواده با پرخاشگری دانش‌آموزان رابطه معناداری وجود دارد؛ رابطه این دو متغیر نسبتاً قوی است و منفی بودن این مقدار رابطه معکوس دو متغیر را نشان می‌دهد؛ یعنی با افزایش یکی، دیگری کم شده و برعکس. و این یعنی انسجام خانواده بر پرخاشگری دانش‌آموزان تأثیر دارد و هرچه این انسجام بیشتر باشد پرخاشگری فرزندان خانواده کمتر خواهد شد. نتایج پژوهشی دیگر در این زمینه حاکی از آن است که آموزش مهارت‌های زندگی بر انسجام خانوادگی و میزان پرخاشگری دانش‌آموزان تأثیر معناداری داشته است (صفاری، ۱۳۹۴).

با توجه به نقش مهارت‌های برشمرده برای زندگی مطلوب اجتماعی دانشجویان به عنوان معلمان آینده و بررسی عوامل مؤثر در این زمینه از جمله شرایط خانوادگی آنان، مطالعه حاضر در صدد است تا رابطه انسجام خانوادگی و مهارت‌های زندگی دانشجویان دانشگاه فرهنگیان استان فارس را بررسی کند.

## روش تحقیق

این مطالعه به روش توصیفی-همبستگی بر روی جامعه آماری شامل دانشجویان دانشگاه فرهنگیان استان فارس در نیم‌سال اول سال تحصیلی ۹۸-۱۳۹۷ انجام گرفت. نمونه آماری، بر اساس جدول مورگان و با استفاده از روش نمونه‌گیری طبقه‌ای تصادفی به تعداد ۲۸۲ نفر از دانشجویان از بین پردیس‌ها و مراکز دانشگاه فرهنگیان استان فارس انتخاب و مورد مطالعه قرار گرفت (جدول ۱).

برای گردآوری داده‌ها از دو پرسش‌نامه انسجام سازمان‌یافته خانواده (فیشر و همکاران، ۱۹۹۲) و مهارت‌های زندگی (وحیدشاهی و همکاران، ۱۳۹۱) استفاده شد.

مقیاس انسجام سازمان‌یافته خانواده فیشر حاوی ۱۳ سؤال در مقیاس لیکرت ۶ عامل (با امتیاز ۱ تا ۶) است. این مقیاس چهار حوزه انسجام، همکاری و مشارکت، وضوح قواعد و وضوح رهبری در خانواده را اندازه‌گیری می‌کند. نمره کل آزمون بیانگر میزان انسجام سازمان‌یافته در درون خانواده است. فیشر و همکاران همسانی درونی این آزمون را به روش کرونباخ آلفا  $0/78$  گزارش کردند. همسانی درونی این مقیاس در مطالعه حاضر به روش آلفای کرونباخ محاسبه و به میزان  $0/89$  مورد تأیید قرار گرفت.

**جدول ۱: مشخصات جمعیت‌شناختی دانشجویان نمونه**

مشخصات	تعداد	درصد
<b>جنسیت</b>		
پسر	۱۳۲	۴۶/۸
دختر	۱۵۰	۵۳/۲
<b>وضعیت تاهل</b>		
مجرد	۲۳۶	۸۳/۷
متاهل	۴۶	۱۶/۳
جمع	۲۸۲	۱۰۰

پرسش‌نامه مهارت‌های زندگی مشتمل بر ۵۷ گویه است که بر اساس مقیاس ۵ گزینه‌ای طراحی شده است. این پرسش‌نامه شامل ۷ حیطه خودآگاهی، مقابله با استرس، روابط بین فردی، حل مسأله و تصمیم‌گیری، تفکر خلاق، تفکر انتقادی و ارتباط مؤثر می‌باشد. در مطالعه وحیدشاهی و همکاران (۱۳۹۱) روایی محتوایی پرسش‌نامه توسط اساتید و صاحب‌نظران مهارت‌های زندگی و علوم تربیتی، تأیید و پایایی آن از طریق ضریب آلفای کرونباخ، ۰/۷۸ محاسبه شد. در مطالعه حاضر نیز پایایی پرسش‌نامه با استفاده از روش آلفای کرونباخ به میزان ۰/۸۳ محاسبه و تأیید شد. پس از تکمیل و جمع‌آوری پرسش‌نامه‌ها، داده‌های گردآوری‌شده با استفاده از آماره‌های توصیفی و استنباطی به کمک نرم‌افزار SPSS-16 تجزیه و تحلیل شد.

### یافته‌ها

به منظور بررسی رابطه بین انسجام خانوادگی و مهارت‌های زندگی دانشجویان، از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد. نتایج ضریب همبستگی پیرسون نشان داد که بین انسجام خانوادگی و مهارت‌های زندگی دانشجویان رابطه معنی‌داری وجود دارد ( $p=0/0001$ ). مقدار این همبستگی ۰/۴۲ است (جدول ۲).

**جدول ۲: میزان همبستگی بین انسجام خانوادگی و مهارت‌های زندگی دانشجویان**

متغیرها	میزان ضریب همبستگی	سطح معنی‌داری
انسجام خانوادگی	۰/۴۲	۰/۰۰۰۱
مهارت‌های زندگی		

علاوه بر این، ضریب همبستگی بین تمامی زیرمؤلفه‌های انسجام خانوادگی با مهارت‌های زندگی و زیرمؤلفه‌های آن همگی معنی‌دار بود ( $p=0/0001$ ). از بین خرده‌مقیاس‌های انسجام خانوادگی، خرده‌مقیاس «خودآگاهی» از بیشترین میزان همبستگی با مهارت‌های زندگی برخوردار بود ( $r=0/41$ ) و از بین خرده‌مقیاس‌های مهارت‌های زندگی، خرده‌مقیاس «همکاری و مشارکت» دارای بیشترین میزان همبستگی با انسجام خانوادگی بود ( $r=0/44$ ).

به منظور مقایسه دانشجویان دختر و پسر از نظر انسجام خانوادگی و مهارت‌های زندگی، از آزمون  $t$  مستقل استفاده شد که نتایج حاصل شده حاکی از این بود که بین دانشجویان پسر و دختر از نظر انسجام خانوادگی و مهارت‌های زندگی تفاوت معناداری وجود دارد (جدول ۳).

جدول ۳: مقایسه انسجام خانوادگی و مهارت‌های زندگی دانشجویان به تفکیک جنسیت

p	t	پسر		دختر		متغیرها
		انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	
0/0001	9/53	0/83	3/83	0/66	4/70	انسجام خانوادگی
0/0001	7/11	0/26	3/09	0/41	3/42	مهارت‌های زندگی

در همین راستا، انسجام خانوادگی و مهارت‌های زندگی دانشجویان معلمان مجرد و متأهل با استفاده از آزمون  $t$  مستقل مقایسه شد که بر اساس نتایج حاصله، هرچند انسجام خانوادگی و مهارت‌های زندگی دانشجویان متأهل بیشتر از دانشجویان مجرد بود، اما تفاوت بین آنها معنی‌دار نبود. همچنین، انسجام خانوادگی و مهارت‌های زندگی دانشجویان معلمان شهری و روستایی نیز با استفاده از آزمون  $t$  مستقل مقایسه شد که بر اساس نتایج حاصله، هرچند انسجام خانوادگی و مهارت‌های زندگی دانشجویان شهری بیشتر از دانشجویان روستایی بود، اما بین آنها تفاوت معنی‌داری مشاهده نشد.

در ادامه، به منظور بررسی رابطه انسجام خانوادگی و مهارت‌های زندگی با معدل دانشجویان، از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد. نتایج ضریب همبستگی پیرسون نشان داد که انسجام خانوادگی و مهارت‌های زندگی با معدل دانشجویان دارای رابطه معنی‌دار است (جدول ۴).



جدول ۴: میزان همبستگی انسجام خانوادگی و مهارت‌های زندگی با معدل دانشجویان

متغیرها	میزان ضریب همبستگی	سطح معنی‌داری
انسجام خانوادگی	۰/۳۸	۰/۰۰۰۱
معدل دانشجویان		
مهارت‌های زندگی	۰/۲۵	۰/۰۰۱

در نهایت و به منظور بررسی نقش و قدرت پیش‌بینی مهارت‌های زندگی دانشجویان با استفاده از انسجام خانوادگی و مؤلفه‌های آن، از رگرسیون چندگانه استفاده شد که نتایج آن در جدول ۵ آمده است.

جدول ۵: نتایج رگرسیون چندگانه برای پیش‌بینی مهارت‌های زندگی دانشجویان

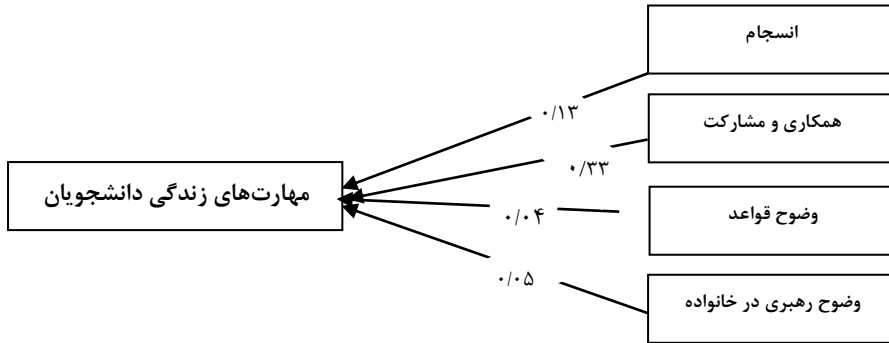
منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	R	R2	F	sig
رگرسیون	۶/۹۸۰	۴	۱/۷۴۵				
خطا	۲۷/۲۸۹	۲۷۸	۰/۱۲۶	۰/۴۵	۰/۲۰	۱۳/۸۱۲	۰/۰۰۰۱
کل	۳۴/۲۶۹	۲۸۲					

یافته‌های حاصل از اجرای رگرسیون چندگانه (جدول ۵) نشان می‌دهد که انسجام خانوادگی قادر به پیش‌بینی مهارت‌های زندگی دانشجویان است ( $p < ۰/۰۰۰۱$ ). همچنین مقدار ضریب همبستگی چندگانه (R) انسجام خانوادگی ۰/۴۵ و میزان  $R^2$  یعنی میزان تبیین‌کنندگی مهارت‌های زندگی دانشجویان (متغیر ملاک) از طریق متغیرهای پیش‌بین انسجام خانوادگی برابر ۰/۲۰ است. به این معنا که ۰/۲۰ درصد واریانس مهارت‌های زندگی دانشجویان از طریق انسجام خانوادگی، قابل تبیین و مابقی مربوط به سایر عوامل است.

جدول ۶: نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه برای متغیرهای پیش‌بین (انسجام خانوادگی) و متغیر ملاک (مهارت‌های زندگی دانشجویان)

متغیرهای پیش‌بین	ضرایب غیر استاندارد B	ضرایب استاندارد بتا	t	p
انسجام	۰/۰۵	۰/۱۳	۱/۱۵	۰/۲۴
همکاری و مشارکت	۰/۱۲	۰/۳۳	۳/۱۴	۰/۰۰۲
وضوح قواعد	۰/۰۱	۰/۰۴	۰/۶۲	۰/۵۳
وضوح رهبری در خانواده	۰/۰۱	۰/۰۵	۰/۷۵	۰/۴۵

نتایج جدول ۶ نشان می‌دهد که از میان مؤلفه‌های انسجام خانوادگی، همکاری و مشارکت دارای قدرت مناسبی برای پیش‌بینی میزان مهارت‌های زندگی دانشجویان است. ضرایب رگرسیون نیز در شکل ۱ نشان داده شده است.



شکل ۱: نتایج تحلیل رگرسیون مهارت‌های زندگی دانشجویان بر اساس مؤلفه‌های انسجام خانوادگی

## بحث و نتیجه‌گیری

هدف از پژوهش حاضر بررسی رابطه بین انسجام خانوادگی و مهارت‌های زندگی دانشجویان دانشگاه فرهنگیان استان فارس است. نتایج نشان داد که بین انسجام خانوادگی و مهارت‌های زندگی رابطه معناداری وجود دارد؛ انسجام خانوادگی بر مهارت‌های زندگی مؤثر است و این دو با هم همبستگی دارند. این یافته‌ها با نتایج به دست آمده در تحقیقات بسیاری همسو است؛ از جمله پژوهش مؤسسه (strengthening families) که با آزمایش‌های گسترده خود بر روی کودکان و خانواده‌هایشان دریافتند که آموزش مهارت‌های زندگی و اجتماعی می‌تواند منجر به افزایش انسجام خانواده و بهبود روابط بین اعضاء شود.

همچنین نتایج پژوهش حاضر نشان داد دانشجویانی که از انسجام خانوادگی و مهارت‌های زندگی بالاتری برخوردار هستند در تحصیلات موفق‌تر هستند و معدل بالاتری دارند. در این باره تحقیقات بسیاری انجام شده از جمله پژوهش امیدی و همکاران (۱۳۹۳) که نشان داد بین ویژگی‌های شادکامی با پیشرفت تحصیلی دانشجویان رابطه مثبت و معناداری وجود دارد؛ اما بین ویژگی انسجام خانوادگی و پیشرفت تحصیلی دانشجویان دختر و پسر رابطه معناداری مشاهده نشد. تحقیقات گسترده‌ای نشان می‌دهند که آموزش مهارت‌های زندگی تأثیر مثبت و معناداری بر افزایش همدلی و سازگاری آزمودنی‌ها دارد.

بی‌شک دانشجویانی که تحت تأثیر چنین آموزشی قرار می‌گیرند آثار مثبت ناشی از آن را به محیط خانواده و تعامل با دوستان خود نیز منتقل می‌کنند. از همین روست که نمرات پس‌آزمون دانشجویان بهبود معناداری در میزان انسجام خانواده آنان نشان می‌دهد. در این پژوهش انسجام خانوادگی دختران بیشتر بود و همین باعث برخورداری از مهارت‌های زندگی بیشتر شده بود.

در پرسش‌نامه این مقاله، انسجام سازمان‌یافته خانواده دارای چهار حوزه انسجام، همکاری و مشارکت، وضوح قواعد و وضوح رهبری در خانواده بود. در این پژوهش از بین خرده‌مقیاس‌های مهارت‌های زندگی، خرده‌مقیاس «همکاری مشارکت» بیشترین تأثیر و بیشترین همبستگی را با انسجام خانوادگی دارد.

همچنین در پرسش‌نامه این مقاله، مهارت‌های زندگی شامل هفت حیطه یعنی خودآگاهی، مقابله با استرس، روابط بین فردی، حل مسأله و تصمیم‌گیری، تفکر خلاق، تفکر انتقادی و ارتباط بود. از بین خرده‌مقیاس‌های انسجام خانوادگی، خرده‌مقیاس «خودآگاهی» بیشترین تأثیر و همبستگی را با مهارت‌های زندگی دارد. انسجام خانوادگی مهارت‌های زندگی دانشجویان متأهل بیشتر از دانشجویان مجرد بود، ولی تفاوت معناداری مشاهده نشد.

این پژوهش نشان می‌دهد که انسجام خانوادگی قادر به پیش‌بینی مهارت‌های زندگی دانشجویان است، پس باید با بالا بردن انسجام خانوادگی، مهارت‌های زندگی آنها را بالاتر ببریم. همچنین روشن شد که مؤلفه همکاری و مشارکت از میان مؤلفه‌های انسجام خانوادگی دارای بیشترین قدرت برای پیش‌بینی مهارت‌های زندگی دانشجویان است. با توجه به نقش مهم‌تر انسجام خانوادگی در پیش‌بینی خودناتوان‌سازی دانشجو، می‌توان گفت عملکرد دانشجو در محیط دانشگاه، حاصل مجموعه‌ای از متغیرها و شاخص‌های فردی و اجتماعی است که در آن نقش دارند. احساس همبستگی دانشجو با خانواده و ارتباط عاطفی با اعضای خانواده در این مورد که دانشجو احساس پشتیبانی و دلگرمی کند بسیار بااهمیت است. محیط و شرایط خانوادگی و ارتباط دانشجو با سایر اعضای خانواده می‌تواند یک عامل تشویق‌کننده یا در برخی مواقع مانعی برای انجام تکالیف وی باشد. خانه‌ای که در آن فرزند از حمایت پدر و مادر برخوردار است، در تصمیم‌گیری‌ها دخالت داده می‌شود و تعاملات در مکان و زمان مناسب صورت می‌گیرد، فرزندان با اعتماد به نفس پرورش می‌دهد که می‌توانند بر توانایی‌های فردی خود تکیه کنند. افسردگی، اضطراب و استرس نیز از جمله اختلالاتی هستند که در دوره جوانی و نوجوانی رشد چشمگیری دارند و می‌توانند بر وضعیت کلی فرد در یادگیری مطالب کلاس درس و

انجام تمرین و تکلیف‌های لازم تأثیر گذارند. رشد و تکامل موفقیت‌آمیز استقلال و سازگاری نوجوانان در خانواده و احساس اعتماد به نفس و خوداتکایی نیز ادراک فرد از سطح توانایی‌های خود را تحت تأثیر قرار می‌دهد.

عوامل متعددی بر مهارت‌های زندگی دانشجویان مؤثر است. هرچند در این مطالعه سعی شد مهم‌ترین عوامل مؤثر بر مهارت‌های زندگی با یک روش پیشرفته آماری بررسی شود، لیکن عوامل دیگری نظیر رشته تحصیلی، میزان سواد والدین، نژاد، شرایط اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی شهر محل زندگی نیز می‌توانند بر مهارت‌های زندگی دانشجویان تأثیرگذار باشند که به دلیل مسائل اخلاقی، محدودیت حجم نمونه، تعداد زیاد سؤالات، مشکلات نظارت بر صحت و دقت داده‌ها و ورود داده‌ها به ماشین، امکان اندازه‌گیری آنها برای نویسندگان مقاله میسر نبود. پیشنهاد می‌شود در مطالعات آتی نقش این متغیرها بر مهارت‌های زندگی دانشجویان ارزیابی شود. با توجه به این که نویسندگان مقاله احتمال می‌دهند سطح مهارت‌های زندگی در نقاط مختلف ایران دارای الگوهای متفاوتی باشد، پیشنهاد می‌شود چنین مطالعاتی با رفع کاستی‌های این مطالعه در سایر نقاط ایران نیز صورت گیرد. با استفاده از نتایج به دست آمده از این پژوهش مدیران ارشد و تصمیم‌گیرندگان دانشگاه می‌توانند آن دسته از دانشجویانی را که سطح مهارت زندگی پایینی دارند شناسایی کنند تا با تدوین برنامه‌های راهبردی از جمله برگزاری کارگاه‌های آموزشی، برگزاری جلسه‌های سخنرانی و همایش مهارت‌های زندگی در جهت ارتقاء سطح مهارت‌های زندگی آنها برنامه‌ریزی کنند.

### پیشنادهای کاربردی

با توجه به نتایج حاصل از پژوهش و اهمیت آموزش‌های مهارت‌های زندگی پیشنهادهای کاربردی زیر برای برنامه‌ریزی توصیه می‌شود:

۱- با توجه به نتایج این پژوهش مریان دوره‌های آموزش مهارت‌های زندگی از روش‌های تلفیقی و ایفای نقش در تدریس درس مهارت‌های زندگی بیشتر استفاده کنند.

۲- با توجه به نتایج پژوهش حاضر، دانشگاه‌ها آموزش مهارت‌های زندگی را به صورت کارگاهی، فیلم و تئاتر و آموزش مجازی ارائه کنند. همچنین دانشگاه‌ها دوره‌های آموزش مهارت‌های زندگی و اجتماعی برای دانشجویان را در سال‌های اول تحصیلی برگزار کنند تا در کاهش آسیب‌های زندگی مؤثر باشد.

- ۳- درس مهارت‌های زندگی در برنامه درسی مدارس و مؤسسات آموزش عالی قرار گیرد.
- ۴- کارگاه‌های آموزش مهارت‌های زندگی در مدارس و مؤسسات آموزش عالی تشکیل شود.
- ۵- مهارت‌های زندگی به اولیاء دانشجویان و دانش‌آموزان آموزش داده شود.

## منابع

- ازکیا، مصطفی. (۱۳۸۰). *جامعه‌شناسی توسعه*. تهران: نشر کلمه.
- امیدی، مجید؛ سجاد عباسی خانکهدانی و مریم غزنوی. (۱۳۹۳). «بررسی رابطه انسجام خانواده و شادکامی بر پیشرفت تحصیلی دانشجویان دانشگاه شیراز»، *اولین کنگره ملی روان‌شناسی خانواده گامی در ترسیم الگوی مطلوب خانواده، اهواز، انجمن علمی روان‌شناسی خانواده ایران، دانشگاه شهید چمران اهواز*.
- رحمت‌زاده، ا. (۱۳۹۱). «مهارت‌های زندگی به کجا ره می‌سپرد؟ آسیب‌شناسی برنامه آموزش مهارت‌های زندگی»، *مجله روان‌شناسی و علوم تربیتی*، شماره ۱.
- سازمان جهانی بهداشت. (۱۳۷۹). *برنامه آموزش مهارت‌های زندگی*. ترجمه ربابه نوری قاسم‌آبادی و پروانه محمدخانی. تهران: سازمان بهزیستی کشور، معاونت امور فرهنگی و پیشگیری.
- سیری، سیمین و نرگس سیری. (۱۳۹۴). «رابطه بین انسجام خانواده و میزان مسئولیت‌پذیری دانش‌آموزان دوره متوسطه شهرستان پاکدشت استان تهران». *کنفرانس سراسری دانش و فناوری علوم تربیتی مطالعات اجتماعی و روان‌شناسی ایران، تهران: مؤسسه همایش‌های توسعه‌محور دانش و فناوری سام ایرانیان*.
- صفاری، ملیحه. (۱۳۹۴). «بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی (مقابل با استرس و روابط بین‌فردی) بر پرخاشگری و انسجام خانواده در دانش‌آموزان دختر». *کنفرانس بین‌المللی پژوهش در علوم رفتاری و اجتماعی، ترکیه - استانبول، مؤسسه مدیران ایده‌پرداز پایتخت ایلیا*.
- وحیدشاهی، کورش؛ رقیه ولی‌پور خواجه غیاثی و ابراهیم صالحی. (۱۳۹۱). «مهارت‌های زندگی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی مازندران سال ۱۳۸۹». *مجله ایرانی آموزش در علوم پزشکی*. (۲). ص ۹۳.
- Asgharnejhadfarid A. *Need for educating life skills in guidance schools of Tehran*. Tehran: Center for mental health studies, 2004. Persian.
- Choate, M. L., Pincuse, D. B., Eyberg, S. M. & Barlow, D. H. (2005). Parent child interaction therapy for young children. A pilot study. *Cognitive and Behavioral Practice*, 12, 126-135.
- Choquet, M., Kovess, V. and Poutignat, N. (1993). *Suicidal thoughts among adolescents: an intercultural approach*. *Adolescence*, 28 (11).
- Dukes, R.L. and Lorch, B.D. (1989). *Concept of self, Mediating factors and adolescent deviance*. *Sociological Spectrum*, 9 (3).
- Keddie, A.M. (1992). *Psychosocial factors associated with teenage pregnancy in Jamaica*. *Adolescence*, 27 (108).

- Lucia, V. C. & Breslau, N. (2006). Family cohesion and children's behavior Problem: A longitudinal investigation. *Psychiatry Research*, 141-14
- Mac Donald L.,Bradish,D.C.,Billingham,S.,Dibble,N.and Rice , C. (1991).*Families and schools together : An innovative Substance abuse prevention program. Social work in Education*, (3)2.
- Olson, D.H. (1999). Circumplex model of marital & family systems. *Journal of Family therapy*, 22, 144-167.
- Singh,h.,Mustapha,N. (1994).Some factors associated with Substance abuse among Secondary school Students in Trinidad and Tobago. *Journal of drug Education*,24 (1).
- Smith,E.A. (2004). Evaluation of life Skills training and Infused-life Skills Training in a rural setting : outcomes at two years. *Journal of Alcohols & Drug Education*.
- Smith,T.A. Genry,L.s,ketring,S.A. (2005).Evaluating a youth Leadership life skills Development program.*Journal of Extensive*.43 (2).
- Smith D, Canter M. Life skill activities for secondary students with special need. New York:John Wiley & Sons, 1995.
- Yadav, P. & Iqbal, N. (2009). Impact of life skills training on selfesteem, adjustment and empathy among adolescents. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 35, 61-70.
- Want, J. & Kleitnan, S. (2005). *Imposter Phenomenon and self- handicapping: Links with Parenting styles and self-Confidence*, A 18, The University of Sydney, New 2006, Australia.
- Zimmer-Gembeck, M. J. & Collins. W. A. (2003). *Autonomy development during adolescence*, Black well hand book of adole scence, 175-205
- Zuckerman, M. & Tsai, F. (2005). Costs of self handicapping, *Journal of Personality*, 73 (2), 411-442
- Zuckerman, M. , Kieffer, S. C. & knee, C. R. (1998). Conesquences of self-handicapping: Effects on coping, academic Performance and adjustment, *Journal of Personality and social Psychology*, 74 (6), 1619-1628.
- Zuckerman, M. , Kieffer, S. C. & knee, C. R. (1998). Conesquences of self-handicapping: Effects on coping, academic Performance and adjustment, *Journal of Personality and social Psychology*, 74 (6), 1619-1628.

## Relationship of family cohesion and life skills in students of Farhangian University of Fars province

Abbas Anari Nejad<sup>1</sup>, Mohammad Javad Dezhkoochi,<sup>2</sup> Fatemeh Khaksar<sup>3</sup>

### Abstract

This article aims to investigate the relationship between family cohesion and life skills in students of Farhangian University of Fars province. This research was a descriptive-correlational study on the statistical population of the students of Farhangian University in Fars province. For sampling, 282 people were selected by computing the sample size using the Cochran formula. Samples were selected by stratified random sampling from campuses and Fars province universities. Two questionnaires were used to collect data: family cohesion and life skills questionnaires. Reliability of two questionnaires was calculated 0.89 and 0.83 using Cronbach's alpha method, respectively. SPSS-16 software was used to analyze the data. The results of this study showed that there is a significant relationship between family solidarity and life skills of the students; There is a significant difference between male and female students for family cohesion and life skills. There is no significant difference between single and married students regarding family cohesion and life skills. Differences between urban and rural students in terms of family cohesion and life skills There is no meaningful relationship between family cohesion and living skills with the average of the students studied; family cohesion can predict students' life skills. Based on the findings, students with more family social cohesion had higher life skills; female students had higher life skills than male students, and finally, students with higher life skills and their families with coherence Were more socially educated.

**Key words:** family cohesion, life skills, students, university of culture

---

1. Farhangian University, Iran.

2. Student, Farhangian University, Iran, Corresponding Author,  
mohammadjavaddzhkoochi@gmail.com.

3. Student, Farhangian University, Iran.