

اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر نگرش نسبت به اعتیاد در دختران نوجوان

زهرا نعمتی^۱، بهرنگ اسماعیلی شاد^{۲*}

۱. دانشجوی کارشناسی ارشد گروه علوم تربیتی، واحد بجنورد، دانشگاه آزاد اسلامی، بجنورد، ایران.

z.nemati1256@gmail.com

۲. استادیار گروه علوم تربیتی، واحد بجنورد، دانشگاه آزاد اسلامی، بجنورد، ایران. (نویسنده مسئول)

esmaeili@bojnourdiau.ac.ir

تاریخ پذیرش: [۱۴۰۱/۱/۶]

تاریخ دریافت: [۱۴۰۰/۱۱/۱۶]

چکیده

هدف پژوهش ارزیابی اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر نگرش نسبت به اعتیاد بود. تحقیق حاضر از لحاظ هدف کاربردی و به لحاظ ماهیت، نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون بود. جامعه آماری شامل کلیه دانش‌آموزان دختر مدارس متوسطه شهر بجنورد در سال تحصیلی ۱۳۹۹-۱۴۰۰ می‌باشد. به منظور انتخاب نمونه‌ها ۳۰ دانش‌آموز به صورت تصادفی انتخاب و به دو گروه ۱۵ نفری (۱۵ نفر گروه آزمایش و ۱۵ نفر گروه کنترل) تقسیم شدند. مهارت‌های زندگی در ۱۰ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای به گروه آزمایش آموزش داده شد. ابزار تحقیق عبارت بود از پرسشنامه نگرش نسبت به اعتیاد دلاور و همکاران (۱۳۸۳). جهت تحلیل آماری داده‌ها از تحلیل کوواریانس و نرم‌افزار SPSS 24 استفاده شد. نتایج نشان داد دوره‌های آموزش مهارت‌های زندگی در مدارس ۵۶/۹ درصد از نگرش نسبت به اعتیاد، ۴۵/۴ درصد از اثرات استفاده از مواد مخدر، ۳۸/۳ درصد از خطرات استفاده از مواد مخدر و ۴۳/۹ درصد از تمایل به مصرف مواد مخدر را تبیین می‌کند. بنابراین می‌توان گفت دوره‌های آموزش مهارت‌های زندگی بر نگرش نسبت به اعتیاد اثربخشی معناداری دارد.

واژگان کلیدی: مهارت‌های زندگی، نگرش نسبت به اعتیاد، دختران نوجوان.

۱- مقدمه

نوجوانی دوره تغییرات مهم در زندگی اجتماعی افراد است. نوجوانان به عنوان گروه اصلی در بروز مشکلات رفتاری تلقی می‌شوند (Shaffer & Kipp, 2013). یکی از انواع مشکلات رفتاری که نوجوانان را تهدید می‌کند، گرایش به رفتارهای پرخطر است (محمدی زاده و احمدآبادی، ۱۳۸۸). هنسن و پونتون^۱ (۱۹۹۶) گرایش به این رفتارها را در بین نوجوانان مطرح ساختند.

رفتارهای پرخطر شامل رفتارهایی است که فرد را در معرض آسیب به خود قرار می‌دهد (Ndugwa, Kabiru, Cleland, Beguy, Egoni, Zulu & et al, 2011). یکی از رفتارهای پرخطر شایع در بین دانش آموزان دوره متوسطه، سوء مصرف مواد مخدر است (فاضل پور و نادری، ۱۳۹۷). سوء مصرف مواد و پیامدهای مخرب آن از چالش‌انگیزترین موضوعات در زمینه سلامت و پزشکی است (Tavolacci, Ladner, Grigioni, Richard, Villet & Dechelotte, 2013). در سال‌های اخیر اعتیاد به مواد مخدر به عنوان معضل جهانی وقت و هزینه زیادی برای دست‌اندرکاران بهداشتی، اجتماعی و حتی سیاسی کشورها به خود اختصاص داده است. دشواری‌های ناشی از اعتیاد همه ابعاد زندگی فرد، خانواده و حتی جامعه را تحت تأثیر مخرب خود قرار داده و منابع عظیم اجتماعی را در قلمرو مادی و معنوی به هز می‌برد (Lee, Herrenkohl, Kosterman, Small & Hawkins, 2013). مسئله مواد مخدر اعم از تولید، انتقال، توزیع و مصرف در کنار سه مسئله جهانی دیگر یعنی تولید و انباشت سلاح‌های کشتار جمعی، آلودگی محیط زیست، فقر و شکاف طبقاتی، از جمله مسائل اساسی است که حیات بشری را در ابعاد اجتماعی، اقتصادی، فرهنگی و سیاسی در عرصه جهانی مورد تهدید و چالش جدی قرار می‌دهد. در حال حاضر در کشور ما نیز مصرف مواد مخدر افزایش داشته و زمینه‌های بروز آسیب‌های اجتماعی متعددی را فراهم نموده است (نوری، صدیقیان، رفیعی، نارنجی‌ها، صرامی، صرامی و همکاران، ۱۳۸۷).

اعتیاد عامل ظهور بسیاری از آسیب‌های اجتماعی و نابسامانی‌های خانوادگی و فردی است (احدی و محمدی، ۱۳۹۵). اعتیاد بحرانی است که امروزه یا به خاطر گسترش روزافزون یا به خاطر ناامیدی از مبارزه درست و مؤثر با آن تبدیل به یک معضل بزرگ شده است. اعتیاد در فرد معتاد بیش از آن که باعث رنج‌های جسمانی شود، موجب از بین رفتن امید و عزت نفس می‌شود و فرد را از رشد و پویایی که هر انسانی نیازمند آن است، بی‌بهره می‌کند. اعتیاد از یک طرف هزینه‌های زیادی را به خانواده‌ها تحمیل می‌کند و از طرف دیگر به خاطر کاهش فعالیت اقتصادی فرد معتاد و همین‌طور نیاز شدید و روزافزون او به تهیه مواد، باعث سوق داده شدن فرد به سمت اعمال مجرمانه می‌شود (زمانی، ۱۳۹۴). علیرغم تمامی معضلات اعتیاد، خبرها حاکی از آن است که سن اعتیاد در حال کاهش است. نتایج اغلب پژوهش‌ها حاکی از آن است که میزان مصرف مواد در جوامع مختلف به‌ویژه در میان نوجوانان و جوانان در حال افزایش است. سوء مصرف مواد در میان جوانان مشکلاتی نظیر خطر آسیب و مرگ از طریق خشونت بین فردی، رفتارهای پرخطر جنسی و مشکلات تحصیلی را افزایش می‌دهد (Maithya, 2009).

بلوغ یک دوره حیاتی برای شروع مصرف مواد می‌باشد. آغاز مصرف مواد در طی این دوران تأثیرات منفی بر طیف وسیعی از عوامل رشد از جمله رشد شناختی، فیزیکی، روانی و اجتماعی می‌گذارد و احتمالاً ایجاد اختلال مصرف مواد را افزایش می‌دهد و برای برخی از جوانان سبب افزایش درازمدت مصرف مواد مخدر می‌شود (Volkow, Baler, Compton & Weiss, 2014). دوره نوجوانی زمان تجربه کردن و انتخاب‌های شخصی است و هویت شخص در این زمان شکل می‌گیرد. به همین دلیل نوجوانان در برابر مصرف مواد و رفتارهای پرخطر بسیار آسیب‌پذیر هستند (زراعت حرفه و حضری مقدم، ۱۳۹۶).

گرایش نوجوانان و جوانان به مواد مخدر و محرک‌ها که خود معلول عوامل و انگیزه‌های متعددی است در واقع از فرعیات گرایش بشر به سوی انحراف، کج رفتاری و نابهنجاری اجتماعی است به عبارت بهتر اصولاً همان عوامل و انگیزه‌هایی که باعث ارتکاب اعمال ناقص وجدان جمعی، قوانین و مقررات و کج رفتاری می‌شود، عموماً در مورد گرایش جوانان به سوء مصرف مواد مخدر و محرک نیز

صادق است (فراغتی، برجعلی، سهرابی، فرخی و اسکندری، ۱۳۹۸). مسئله مصرف و سوء مصرف مواد در میان نوجوانان و جوانان به دلیل حساسیت این دوره از زندگی و نقش آن در زندگی آینده افراد، از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. با توجه به هزینه‌های بسیار بالای مبارزه با مواد مخدر، درمان و نگهداری معتادان و همچنین معایب مربوط به روش‌های درمان و سم‌زدایی، به نظر می‌رسد پیشگیری از سوء مصرف مواد بسیار مقرون به صرفه و کارا تر باشد. از این رو یکی از زمینه‌های مهم پژوهش در زمینه سوء مصرف مواد، شناسایی عوامل خطر و محافظت‌کننده گرایش به مصرف مواد است. گروه‌های سنی کودک و نوجوان هدف اصلی مداخلات پیشگیرانه‌اند. بسیاری از رویکردهای پیشگیری از سوء مصرف مواد در جوانان و نوجوانان، روی موضوعاتی همانند آموزش افراد درباره مواد، آموزش عاطفی، فعالیت‌های جایگزین، ارشاد، نظارت، آموزش مهارت‌های زندگی یا اجتماعی و سایر مسائل مرتبط کار می‌کنند (وطن‌دوست و آرمند، ۱۳۹۷).

در برنامه‌های مبارزه با مواد مخدر، روان‌شناسان به چند دلیل پیشگیری را بهتر از درمان می‌دانند. نخست آنکه، اغلب بررسی‌ها نشان می‌دهند که میزان اثربخشی روش‌های درمانی اعتیاد چندان امیدوارکننده نیست و اغلب با عودهای مکرر همراه است (McLellan, McKay, Forman, Cacciola & Kemp, 2005)؛ دوم آنکه، برنامه‌های پیشگیری از سوء مصرف مواد در مقایسه با درمان از نظر هزینه کاملاً به صرفه هستند، سوم آنکه، برنامه‌های پیشگیری احتمال آسیب‌های شدید دوره بزرگسالی را به شدت کاهش می‌دهند (Ialongo, Jeanne, Lisa, W & Sheppard, 2001). هر چند میان سازندگان و طراحان برنامه‌های پیشگیری تفاوت‌هایی وجود دارد اما سنگ بنای هر برنامه پیشگیری شناخت عواملی است که انسان‌ها را در معرض رفتارهای مشکل‌ساز قرار می‌دهد یا آن‌ها را در برابر این‌گونه رفتارها محافظت می‌کند (Spoth, Clair, Shin & Redmond, 2002).

یافته‌ها نشان می‌دهد که در میان مداخلات استعمال مواد، برنامه‌های پیشگیری مبتنی بر مدرسه مؤثرتر هستند (Das, Salam, Arshad, Finkelstein & Bhutta, 2016). بررسی‌های صورت گرفته حکایت از این واقعیت دارد که مدارس مناسب‌ترین مکان، برای اجرای برنامه‌های پیشگیری از رفتارهای پرخطر بوده و به‌عنوان مهم‌ترین پایگاه و کانون حیات اجتماعی-فرهنگی در جامعه تلقی گردیده که با ارائه آموزش چگونه زیستن، بهتر زیستن و باهم زیستن قادر است نوجوانان را برای زندگی در عصر هزاره سوم که با مشکلات جدی انواع رفتارهای پرخطر نظیر مواد مخدر مواجه هستند، آماده نموده و آن‌ها را در برابر رفتارهای پرخطر، مقاوم و ایمن نماید. در اثر گسترش شهرنشینی و توجه به آموزش و سوادآموزی، مدارس به کانون اصلی حضور و فعالیت نوجوانان تبدیل شده و به همین دلیل اهمیت پیشگیری از اعتیاد در مدارس و محیط اطراف آن‌ها بارزتر می‌باشد. برنامه‌های پیشگیری از اعتیاد زمانی اثربخش‌تر هستند که از سنین پایین‌تر و به‌ویژه پیش از دوره نوجوانی آغاز شوند. از این رو، وزارت آموزش و پرورش از نقش و جایگاه خاصی در زمینه پیشگیری از اعتیاد در میان سایر دستگاه‌ها برخوردار بوده و حاصل بیش از یک دهه تلاش در این زمینه، طراحی و پیاده‌سازی برنامه‌های اثربخش پیشگیری از اعتیاد در مدارس کشور است (جزینی، ۱۳۹۵). از جمله طرح‌های پیشگیرانه آموزشی در مدارس «آموزش مهارت‌های زندگی» جهت توانمندسازی روانی-اجتماعی دانش‌آموزان در برابر رفتارهای پرخطر، آسیب‌های اجتماعی و جرائم از طریق آگاهی و مداخله به‌موقع و مؤثر است. با عنایت به مطالب فوق‌الذکر پرسش اصلی پژوهش حاضر عبارت است از اینکه آیا آموزش مهارت‌های زندگی بر نگرش نسبت به اعتیاد در مدارس متوسطه دخترانه شهر بجنورد در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۳۹۹ اثربخش بوده است؟

۲- مرور مبانی نظری و پیشینه

اعتیاد ناهنجاری روانی-اجتماعی است که از مصرف غیرطبیعی و غیرمجاز برخی مواد مانند الکل، تریاک، حشیش ناشی شده و باعث وابستگی روانی یا فیزیولوژی فرد مبتلا به مواد مذکور می‌شود. این وابستگی در عملکرد جسمی، روانی و اجتماعی فرد معتاد اثر

ناپسندی بر جای گذاشته و در موارد شدید حتی زندگی فردی و اجتماعی وی را به‌طور جدی تهدید می‌کند (اردستانی و عابدینی، ۱۳۹۱).

پژوهش‌های مرتبط با عوامل زیستی و ژنتیکی به‌عنوان عوامل مؤثر بر گرایش به مواد مخدر به‌سرعت در حال گسترش است. در زمینه‌ی عوامل فردی به ارتباط بین مشکلات خودتنظیمی و مشکلات شناختی از قبیل ناتوانی در برنامه‌ریزی، اشکال در توجه، استدلال انتزاعی، نظارت بر خود و کنترل حرکتی با سوء مصرف مواد توجه شده است. برخی پژوهشگران نیز به تبیین عوامل خانوادگی در حکم واسطه آسیب‌پذیری نسبت به سوء مصرف مواد مخدر پرداخته و نشان داده‌اند که وجود مشکلات روان‌شناختی مانند افسردگی و اضطراب در مادران با سوء مصرف مواد در فرزندان مرتبط بوده است (Springer, Sale, Hermann, Sambrano, Kasim & Nistler, 2004).

یکی از برنامه‌های پیشگیری مبتنی بر عوامل فردی و اجتماعی که تاکنون تدوین و اجرا شده است برنامه آموزش مهارت‌های زندگی^۱ است. اصطلاح مهارت‌های زندگی به گروه بزرگی از مهارت‌های روانی-اجتماعی و میان فردی گفته می‌شود که می‌تواند به افراد کمک کند تا تصمیماتشان را با آگاهی اتخاذ کنند، به‌طور مؤثر ارتباط برقرار کنند، مهارت‌های مقابله‌ای و مدیریت شخصی خود را گسترش دهند و زندگی سالم و بارآور داشته باشند. مهارت‌های زندگی می‌توانند اعمال شخصی و اعمال مربوط به دیگران و نیز اعمال مربوط به محیط اطراف را طوری هدایت کنند که به سلامت بیشتر منجر شود و سلامت بیشتر یعنی آسایش بیشتر جسمانی، روانی و اجتماعی (کردنوقابی و پاشا شریفی، ۱۳۸۴).

هدف از آموزش مهارت‌های زندگی، افزایش توانایی‌های روانی-اجتماعی و در نهایت پیشگیری از ایجاد رفتارهای آسیب‌زننده به بهداشت جسمانی و روانی و ارتقای سطح سلامت روان افراد است (محمدخانی، ۱۳۸۶). برنامه آموزش مهارت‌های زندگی یک مداخله پیشگیرانه مبتنی بر افزایش شایستگی چند مؤلفه‌ای است که به آموزش مهارت‌های مقاومت در برابر مصرف مواد در بافتی از مدل آموزش مهارت‌های اجتماعی و شخصی عمومی تأکید دارد. برنامه آموزش مهارت‌های زندگی یکی از برنامه‌های پیشگیری از سوء مصرف مواد مبتنی بر شواهد تجربی کاملاً ارزیابی شده برای دانش آموزان مدارس متوسطه است. برنامه آموزش مهارت‌های زندگی به‌عنوان یکی از مؤثرترین رویکردهای رایج پیشگیری شناسایی شده‌اند (پورچناری و گلزاری، ۱۳۸۷). این مهارت‌ها عبارتند از:

- ۱- مهارت خودآگاهی
- ۲- مهارت همدلی
- ۳- مهارت برقراری رابطه مؤثر
- ۴- مهارت روابط بین فردی سازگارانه
- ۵- مهارت تصمیم‌گیری
- ۶- مهارت حل مسئله
- ۷- مهارت تفکر نقاد
- ۸- مهارت تفکر خلاق
- ۹- مهارت مقابله با هیجان
- ۱۰- مهارت مقابله با استرس.

برخی پژوهش‌های انجام‌شده در راستای پژوهش حاضر عبارتند از:

هدف پژوهش شاکری نسب، مهدیان و قلعه‌نوری (۱۳۹۹) بررسی اثربخشی برنامه آموزش تحول مثبت نوجوانی بر هویت‌یابی و خودکارآمدی در دانش‌آموزان در معرض خطر اعتیاد بود. نتایج نشان داد آموزش تحول مثبت نوجوانی به طور معناداری منجر به کاهش هویت منفی و افزایش خودکارآمدی گروه آزمایش شد. شیخ‌الاسلامی، قمری کیوی و فیاضی (۱۳۹۹) تحقیقی با عنوان «اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر تاب‌آوری در دانش‌آموزان با آمادگی به اعتیاد» انجام دادند. نتایج نشان داد که آموزش مهارت‌های زندگی بر تاب‌آوری در دانش‌آموزان با آمادگی به اعتیاد اثربخش بود و این برنامه آموزشی باعث افزایش معنادار تاب‌آوری در دانش‌آموزان با آمادگی به اعتیاد گروه آزمایش نسبت به دانش‌آموزان با آمادگی به اعتیاد در گروه کنترل شد. نارویی، سالاری اسکر و منظری توکلی (۱۳۹۴) تحقیقی با هدف تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر کاهش اعتیادپذیری زنان حاشیه‌نشین شهرستان کهنوج انجام دادند. نتایج بیانگر کاهش نمره اعتیادپذیری به‌طور معنی‌دار در پس‌آزمون در مقایسه با پیش‌آزمون در گروه تجربی بود؛ اما در گروه کنترل، تفاوت معنی‌داری مشاهده نشد. آزمون تی مستقل نیز تفاوت بین دو گروه را در پس‌آزمون معنی‌دار ارزیابی نمود درحالی‌که این تفاوت در پیش‌آزمون معنی‌دار نبود. فضلی، شمسی و حیدری (۱۳۹۴) پژوهشی با عنوان «اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر سطح اعتیادپذیری و بازخورد نسبت به مواد مخدر» انجام دادند. نتایج نشان داد که آموزش مهارت‌های زندگی در افزایش توانمندی‌های دانش‌آموزان و کسب مهارت‌های زندگی تأثیرگذار می‌باشد. همچنین آموزش مهارت‌های زندگی در بازخورد دانش‌آموزان نسبت به مواد مخدر و نگرش آن‌ها در این خصوص (نگرش عاطفی، نگرش شناختی و نگرش رفتاری) تأثیرگذار است.

احمدی طهورسلطانی، عسگری و توقیری (۱۳۹۲) تحقیقی با عنوان اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر کاهش عوامل خطر ساز و افزایش عوامل محافظت‌کننده سوء مصرف مواد در نوجوانان کانون اصلاح و تربیت انجام دادند. نتایج نشان داد نمرات متغیرهای نگرش نسبت به مواد، افسردگی و هیجان‌خواهی گروه آزمایش کمتر از گروه کنترل و در متغیرهای جرئت‌مندی و خودکنترلی بیشتر از این گروه بود. آموزش مهارت‌های زندگی باعث کاهش عوامل خطر ساز و افزایش عوامل محافظت‌کننده در نوجوانان می‌شود.

بهرامی، معاضدیان و حسینی‌المدنی (۱۳۹۲) پژوهشی با هدف بررسی اثربخشی آموزش مهارت حل مسئله و تصمیم‌گیری بر کاهش نگرش مثبت وابستگان به مواد افیونی مراجعه‌کننده به مراکز درمانی خودمصرف سازمان بهزیستی سنندج انجام دادند. در پس‌آزمون برای گروه‌های آزمایشی، نگرش افراد معتاد نسبت به مواد مخدر که آموزش مهارت حل مسئله و تصمیم‌گیری را دریافت کرده بودند به‌طور معناداری پایین‌تر از میزان نگرش افراد معتاد در گروه کنترل بود. درکه، کرامتی و امیری (۱۳۹۲) تحقیقی با عنوان اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی در کاهش گرایش به مصرف مواد مخدر در تهران انجام دادند. نتایج حاکی از آن بود که میزان گرایش به مصرف مواد گروه آزمایش در مرحله پس‌آزمون به‌طور معناداری پایین‌تر از گروه پایش می‌باشد.

مانیا، فانیوف، کندی، مک‌لین، گاکومو، گویمو و همکاران^۱ (۲۰۲۰) در مطالعه‌ای با عنوان «مداخلات مبتنی بر مدرسه برای جلوگیری از مصرف مواد در کودکان بومی ۷ تا ۱۳ ساله» بیان می‌دارند که پیشگیری بهترین مداخله برای جوامع بومی که با آن دست‌وپنجه نرم می‌کنند، می‌باشد. گولیکسون^۲ (۲۰۲۰) در مطالعه‌ی خود با عنوان «شناسایی مصرف مواد در نوجوانان و مداخلات اولیه: راهنمای متخصصان مشاوره مدرسه راهنمای متخصصان مشاوره مدرسه» به این نتیجه دست یافت که مصرف مواد در نوجوانان همچنان در حال افزایش است. برنامه‌های مورد استفاده در مدارس برای دانش‌آموزانی که مصرف مواد را نشان می‌دهند، بی‌اثر هستند البته برنامه‌ها و مداخلات مربوط به مصرف مواد در مدرسه برای کاهش مصرف مواد در نوجوانان مؤثر است. توموکاوا، میاکه، آکیماما، ماکینو، نیشیو، کوبایاشی و همکاران^۳ (۲۰۲۰) در تحقیقی با عنوان «مداخلات مؤثر پیشگیرانه مبتنی بر مدرسه برای استفاده از الکل در آفریقا:

1. Maina, Phaneuf, Kennedy, Mclean, Gakumo, Nguemo & et al
2. Gullickson
3. Tomokawa, Miyake, Akiyama, Makino, Nishio, Kobayashi & et al

یک بررسی سیستماتیک» به این نتیجه دست یافتند که مداخلات تأثیر مثبتی بر افراد غیرمصرف کننده داشته است (با تأثیر بیشتر در دختران). اثربخشی برنامه‌های پیشگیرانه بر اعتیاد در دیگر تحقیقات خارجی نیز مشخص شده است (Griffin, Botvin, Nichols & Doyle, 2003; Botvin & Griffin, 2004; Spoth & et al, 2006).

۳- روش‌شناسی

تحقیق حاضر از لحاظ هدف کاربردی و به لحاظ ماهیت تحقیق، نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون می‌باشد. جامعه آماری پژوهش کلیه دانش‌آموزان مدارس متوسطه دخترانه شهر بجنورد در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۳۹۹ می‌باشند. برای اینکه دانش‌آموزان از نظر شرایط محیطی در شرایط یکسانی قرار داشته باشند همه آن‌ها از یک مدرسه انتخاب شدند (مدرسه دانش ۱). دانش‌آموزان انتخابی از لحاظ تحصیلی و خانوادگی و اقتصادی همتاسازی شده بودند. تعداد ۳۰ دانش‌آموز به صورت تصادفی انتخاب و به دو گروه ۱۵ نفری (۱۵ نفر گروه آزمایش و ۱۵ نفر گروه کنترل) تقسیم شدند. پرسشنامه‌های تهیه‌شده بین دو گروه در دو مرحله قبل و بعد از آموزش توزیع شدند. جهت ورود به مطالعه شرایط زیر در نظر گرفته شد: عدم سابقه اعتیاد و همچنین قبلاً در باب مهارت‌های زندگی آموزش ندیده باشند.

ابزار پژوهش و گردآوری داده‌ها عبارتند از:

برنامه آموزش مهارت‌های ده‌گانه زندگی: در این پژوهش از بسته آموزش استاندارد محمدخانی و نوری (۱۳۸۳) که در دفتر برنامه‌ریزی فرهنگی و مشاوره وزارت آموزش و پرورش به چاپ رسیده است، استفاده شد. این برنامه شامل مهارت‌های خودآگاهی، همدلی، برقراری ارتباط مؤثر، مدیریت خشم، روابط بین فردی مؤثر، رفتار جرئت‌مندانه، مهارت حل مسئله، مهارت مقابله با استرس، مهارت تصمیم‌گیری و مهارت تفکر خلاق است. هر یک از این مهارت‌ها در ۱ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای مجموعاً ۱۰ جلسه (هر هفته یک جلسه) آموزش داده شد.

جدول ۱. محتوای آموزشی دوره آموزش مهارت‌های زندگی

جلسات	نوع مهارت	اهداف	رئوس مطالب	نوع محتوا	روش‌های تدریس
اول و دوم	حل مسئله و روابط بین فردی مؤثر	- مسائل و مشکلات خود را شناسایی کند. - مسائل و مشکلات خود را ریشه‌یابی کند.	- تعریف مسئله و راه‌حل. - اولویت‌بندی مسائل و تأثیر آن در چگونگی حل مسئله.	دانش	سخنرانی بحث گروهی
		- فرایند حل مسئله را به کار بندد. - در شرایط ضروری از دیگران درخواست کمک کند. - با مراکز که به حل مشکلات کمک می‌کنند آشنا باشد.	- فرایند حل مسئله. - مراحل فرایند و عوامل بازدارنده حل مسئله.	دانش روندی	ایفای نقش
سوم و چهارم	تصمیم‌گیری و برقراری ارتباط مؤثر	موقعیت‌ها را برای ارتباط مؤثر ارزیابی کند. با آگاهی از حقایق فعالانه تصمیم‌گیری کند. ارتباط خود را متناسب با موقعیت‌های جدید تغییر دهد. مسئولیت تصمیمات خود را بپذیرد.	مهارت ارتباط مؤثر عوامل شخصی مؤثر تصمیم‌گیری روش‌های معمول ارتباط مؤثر مراحل تصمیم‌گیری منطقی	دانش معنایی و دانش روندی	سخنرانی بحث گروهی ایفای نقش

پنجم و ششم	تفکر خلاق و رفتار جرئت-مندانه	راه‌حل‌های جدید برای مشکلات شناسایی کند.	تعریف خلاقیت و تفکر خلاق	دانشش	معنایی و	فکری	بـ	بارش
هفتم و هشتم	همدلی، تفکر نقاد و مهارت-های خودآگاهی	استدلال‌های منطقی و توأم با دلیل ارائه دهد.	تعریف همدلی کاربرد تفکر نقاد	دانشش	معنایی و	فکری	بـ	سخت‌گویی
نهم و دهم	کنترل هیجان، مدیریت خشم و مهارت مقابله با استرس	احساسات خود و دیگران را تشخیص دهد. احساسات متفاوت را تشخیص دهد. خشم خود را اداره و کنترل کند. شدت و ضعف استرس را ارزیابی کند.	تعریف هیجان، استرس و خشم نقش افکار در شکل‌گیری احساسات راهبردهای کنترل احساسات ناخوشایند و خشم	دانشش	معنایی و	فکری	بـ	سخت‌گویی

پرسشنامه نگرش نسبت به اعتیاد دلاور و همکاران (۱۳۸۳): مقیاس نگرش نسبت به اعتیاد توسط دلاور و همکاران (۱۳۸۳) طراحی شده است و دارای ۳۲ گویه می‌باشد. نمره‌گذاری بر اساس طیف لیکرت ۵ درجه‌ای (کاملاً مخالفم ۱، مخالفم ۲، نظری ندارم ۳، موافقم ۴، کاملاً موافقم ۵) انجام شده است. پرسشنامه فوق دارای سه خرده مقیاس به صورت زیر می‌باشد:

اثرات استفاده از مواد مخدر شامل سؤالات ۱-۱۷

خطرات استفاده از مواد مخدر شامل سؤالات ۱۸-۲۶

تمایل به مصرف مواد مخدر شامل سؤالات ۲۷-۳۲

بررسی روایی پرسشنامه نگرش نسبت به اعتیاد از روش تحلیل عاملی اکتشافی و طرح فرضیه بهره گرفته شد. پیش از اجرای تحلیل عاملی به منظور تعیین مناسب بودن موارد هریک از مقیاس‌های پرسشنامه برای تحلیل عاملی از ملاک ضریب همبستگی هر پرسش با نمره کل مقیاس مربوط به آن استفاده شد. مقدار برابر با ۰/۹۳۸ و سطح معنادار بودن آزمون کرویت بارتلت کمتر از ۰/۰۰۰۱ به دست آمد. بدین ترتیب علاوه بر کفایت نمونه‌برداری، اجرای تحلیل عاملی بر پایه ماتریس همبستگی مورد مطالعه نیز قابل توجیه بود.

در پژوهش حاضر مقدار پایایی با استفاده از آلفای کرونباخ برای اثرات استفاده از مواد مخدر (۰/۸۰۹)، خطرات استفاده از مواد مخدر (۰/۷۴۹)، تمایل به مصرف مواد مخدر (۰/۷۷۱) و کل پرسشنامه (۰/۸۷۳) به دست آمد. روایی نیز برابر نظر ۱۰ تن از متخصصان از نوع صوری و محتوایی بوده است.

تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از روش‌های آمار توصیفی (محاسبه میانگین و انحراف معیار) و استنباطی انجام شد. به منظور سنجش نرمال بودن توزیع داده‌ها از آزمون آماری کلموگروف اسمیرنوف استفاده شد. پس از اطمینان از نرمال بودن توزیع داده‌ها، از آزمون آماری تحلیل کوواریانس برای بررسی تغییرات بین گروهی استفاده شد. تجزیه و تحلیل داده‌ها در محیط نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۴ انجام شد.

۴- یافته‌ها

نتایج جدول ۲ میانگین و انحراف استاندارد نگرش نسبت به اعتیاد و مؤلفه‌ها در هر دو مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون به تفکیک دو گروه آزمایش و کنترل را نشان می‌دهد. همان‌طور که مشاهده می‌شود در همه متغیرها میانگین نمرات گروه آزمایش در پس‌آزمون کاهش یافته اما میانگین نمرات گروه کنترل تغییر محسوسی نداشته است.

جدول ۲. میانگین و انحراف استاندارد متغیرها در دو مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون به تفکیک دو گروه آزمایش و کنترل

متغیر	خرده آزمون	گروه	پیش‌آزمون	پس‌آزمون
			میانگین	میانگین
			انحراف معیار	انحراف معیار
نگرش نسبت به اعتیاد	اثرات استفاده از مواد مخدر	آزمایش	۳۱/۷۳	۲۴/۴۰
		کنترل	۳۲/۶۳	۲۴/۴۰
خطرات استفاده از مواد مخدر	خطرات استفاده از مواد مخدر	آزمایش	۲۰/۰۰	۱۱/۰۳
		کنترل	۱۹/۶۷	۱۱/۰۳
تمایل به مصرف مواد مخدر	تمایل به مصرف مواد مخدر	آزمایش	۱۱/۳۹	۷/۷۳
		کنترل	۱۲/۲۳	۱۱/۳۳
نگرش نسبت به اعتیاد (نمره کل)	نگرش نسبت به اعتیاد (نمره کل)	آزمایش	۶۳/۱۲	۴۳/۱۶
		کنترل	۶۴/۵۳	۴۳/۱۶

برای آزمون فرضیه‌ها ابتدا مفروضات تحلیل کوواریانس مورد بررسی قرار می‌گیرد، سپس جهت آزمون فرضیات پژوهش به دلیل وجود یک عامل بین گروهی (مداخله) و دو متغیر وابسته از آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیره استفاده می‌شود. برای بررسی یکسانی واریانس‌ها از آزمون لوین استفاده شد، که نتایج جدول ۳ به شرح زیر است:

جدول ۳. نتایج آزمون لوین جهت بررسی یکسانی واریانس‌ها

متغیر	DF1	DF2	سطح معناداری
اثرات استفاده از مواد مخدر	۱	۲۸	۰/۱۰۲
خطرات استفاده از مواد مخدر	۱	۲۸	۰/۱۱۷

۰/۳۴۴	۲۸	۱	تمایل به مصرف مواد مخدر
۰/۵۴۱	۲۸	۱	نگرش نسبت به اعتیاد (نمره کل)

باتوجه به نتایج جدول ۳ سطح معناداری تمامی متغیرها از ۰/۰۱ بیشتر است که مفروضه یکسانی واریانس خطا در مرحله پس‌آزمون مربوط به متغیرهای پژوهش مورد تأیید می‌باشد ($p < 0/01$).

برای بررسی نرمال بودن داده‌ها از آزمون کلموگروف-اسمیرنوف استفاده شد.

جدول ۴. نتایج آزمون کلموگروف-اسمیرنوف جهت بررسی نرمال بودن توزیع متغیرها

نتیجه	سطح معناداری	متغیر	متغیر
نرمال	۰/۳۸	پیش‌آزمون	اثرات استفاده از مواد
نرمال	۰/۴۲	پس‌آزمون	مخدر
نرمال	۰/۱۲	پیش‌آزمون	خطرات استفاده از
نرمال	۰/۸۳	پس‌آزمون	مواد مخدر
نرمال	۰/۷۰	پیش‌آزمون	تمایل به مصرف مواد
نرمال	۰/۹۱	پس‌آزمون	مخدر
نرمال	۰/۴۷	پیش‌آزمون	نگرش نسبت به اعتیاد
نرمال	۰/۵۴	پس‌آزمون	(نمره کل)

نتایج جدول (۴) با توجه به سطح معناداری به دست آمده در سطح ۰/۹۹ (مقادیر سطح معناداری بیشتر از ۰/۰۱ است) نشان می‌دهد که فرض نرمال بودن توزیع متغیرها پذیرفته می‌شود؛ بنابراین متغیرهای پژوهش نرمال می‌باشند.

برای بررسی همگنی شیب‌های رگرسیون (ارتباط خطی بین متغیرها) از آزمون کنش متقابل بین پیش‌آزمون‌ها و گروه‌ها استفاده شد.

جدول ۵. آزمون بین گروه‌ها

سطح	F	میانگین	درجه	متغیرهای وابسته
معناداری		مجذورات	آزادی	
۰/۷۱۶	۲/۰۳۲	۱۶/۴۰۶	۱	نگرش نسبت به اعتیاد

چون سطح معناداری کنش متقابل گروه‌ها و پیش‌آزمون‌ها در متغیرها بیشتر از ۰/۰۱ می‌باشد، لذا تعامل بین شرایط آزمایش و متغیر همپراش (پیش‌آزمون) معنادار نیست؛ یعنی شیب خط رگرسیون برای تمام متغیرها یکسان است.

با توجه به نتایج مفروضه‌های آزمون تحلیل کوواریانس رعایت شده است لذا برای آزمون فرضیه‌های تحقیق می‌توان از این آزمون استفاده کرد.

سؤال پژوهش: آیا آموزش مهارت‌های زندگی بر نگرش نسبت به اعتیاد در دختران نوجوان تأثیر دارد؟

جدول ۶. نتایج آزمون تحلیل کواریانس نگرش نسبت به اعتیاد در مدارس متوسطه دوم شهر بجنورد

متغیر	منابع تغییر	مجموع مجذورات بین گروهی	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	مجذور ایتای سهمی
نگرش نسبت به اعتیاد	گروه	۳۴۳۳/۹۵۱	۲	۱۷۱۶/۹۷۶	۱۷/۸۵۳	۰/۰۰۰	۰/۵۶۹
	خطا	۵۵۳۵/۹۱۵	۲۷	۲۰۵/۰۳۴			
اثرات استفاده از مواد مخدر	گروه	۳۸۶/۷۵۴	۲	۱۹۳/۳۷۷	۱۱/۲۰۳	۰/۰۰۰	۰/۴۵۴
	خطا	۴۶۶/۰۴۶	۲۷	۱۷/۲۶۱			
خطرات استفاده از مواد مخدر	گروه	۱۸۵۲/۲۰۰	۲	۹۲۶/۱۰۰	۸/۳۷۴	۰/۰۰۰	۰/۳۸۳
	خطا	۱۴۰۰/۶۰۰	۲۷	۵۱/۸۷۴			
تمایل به مصرف مواد مخدر	گروه	۲۲۲/۸۶۴	۲	۱۱۱/۴۳۲	۱۰/۵۷۱	۰/۰۰۰	۰/۴۳۹
	خطا	۲۸۴/۶۰۳	۲۷	۱۰/۵۴۱			

نتایج جدول (۶) نشان می‌دهد تفاوت معناداری بین دو گروه آزمایش و کنترل در مرحله پس‌آزمون در نگرش نسبت به اعتیاد در دختران نوجوان وجود دارد ($P < 0/01$). بر اساس این یافته‌ها می‌توان گفت دوره‌های آموزش مهارت‌های زندگی بر نگرش نسبت به اعتیاد در مدارس متوسطه دوم اثربخشی معناداری دارد لذا با ۹۹ درصد اطمینان فرضیه پژوهش مورد تأیید قرار می‌گیرد. از طرف دیگر با توجه به مجذور ایتای سهمی، می‌توان گفت دوره‌های آموزش مهارت‌های زندگی در مدارس ۵۶/۹ درصد از واریانس نگرش نسبت به اعتیاد در مدارس در مدارس متوسطه دوم را تبیین می‌کند.

همچنین جدول ۶ نشان می‌دهد تفاوت معناداری بین دو گروه آزمایش و کنترل در مرحله پس‌آزمون در اثرات استفاده از مواد مخدر وجود دارد ($P < 0/01$). بر اساس این یافته‌ها می‌توان گفت دوره‌های آموزش برنامه مهارت‌های زندگی بر اثرات استفاده از مواد مخدر اثربخشی معناداری دارد لذا با ۹۹ درصد اطمینان فرضیه پژوهش مورد تأیید قرار می‌گیرد. با توجه به مجذور ایتای سهمی، می‌توان گفت دوره‌های آموزش برنامه مهارت‌های زندگی در مدارس ۴۵/۴ درصد از واریانس اثرات استفاده از مواد مخدر در مدارس متوسطه دوم را تبیین می‌کند.

نتایج جدول (۶) نشان می‌دهد تفاوت معناداری بین دو گروه آزمایش و کنترل در مرحله پس‌آزمون در خطرات استفاده از مواد مخدر وجود دارد ($P < 0/01$). بر اساس این یافته‌ها می‌توان گفت دوره‌های آموزشی مهارت‌های زندگی بر خطرات استفاده از مواد مخدر در مدارس اثربخشی معناداری دارد. با توجه به مجذور ایتای سهمی، می‌توان گفت دوره‌های آموزشی مهارت‌های زندگی ۳۸/۳ درصد از واریانس خطرات استفاده از مواد مخدر در مدارس در مدارس متوسطه دوم را تبیین می‌کند.

در ادامه نتایج جدول (۶) نشان می‌دهد تفاوت معناداری بین دو گروه آزمایش و کنترل در مرحله پس‌آزمون در تمایل به مصرف مواد مخدر در مدارس متوسطه دوم شهر بجنورد وجود دارد ($P < 0/01$). بر اساس این یافته‌ها می‌توان گفت دوره‌های آموزشی مهارت‌های

زندگی بر تمایل به مصرف مواد مخدر در مدارس اثربخشی معناداری دارد لذا با ۹۹ درصد اطمینان فرضیه پژوهش مورد تأیید قرار می‌گیرد. با توجه به مجذور ایتای سهمی، می‌توان گفت دوره‌های آموزشی مهارت‌های زندگی ۴۳/۹ درصد از واریانس تمایل به مصرف مواد مخدر در مدارس را تبیین می‌کند.

۵- بحث و نتیجه‌گیری

مخاطره‌آمیزترین دوران زندگی از نظر شروع به مصرف مواد دوره نوجوانی است. در این دوره، میل به استقلال و مخالفت با والدین به اوج می‌رسد و نوجوان برای اثبات بلوغ و فردیت خود ارزش‌های خانواده را زیر سؤال می‌برد. مجموعه این عوامل، علاوه بر حس کنجکاو و نیاز به تحرک، تنوع و هیجان، فرد را مستعد مصرف مواد می‌نماید (کوزه‌گر، ۱۳۹۹). توجه صرف نظام آموزشی به افزایش سطح علمی دانش آموزان، سبب شده تا افراد با وجود دارا بودن دانش علمی کافی، توانایی‌های لازم برای رویارویی با مشکلات زندگی را کسب ننمایند. همین امر آنان را در مواجهه با مسائل و مشکلات زندگی آسیب‌پذیر کرده و سبب بروز مشکلات بهداشتی، اختلالات روانی، عاطفی و اجتماعی شده است. امروزه، یکی از مهم‌ترین دغدغه‌ها و نگرانی‌های خانواده‌ها، اعتیاد و گرایش به مصرف مواد مخدر است. برای بالا بردن سطح بهداشت روانی و جلوگیری از بروز آسیب‌ها، برنامه‌ریزی برای پیشگیری امری لازم‌الاجرا و ضروری به نظر می‌رسد. یکی از برنامه‌های پیشگیرانه، برنامه آموزش مهارت‌های زندگی است (موسوی، ۱۳۸۹).

آموزش مهارت‌های زندگی برای نوجوانان به‌منظور بیان و سهیم شدن در تجربیات فردی مطرح می‌شود. مهارت‌های زندگی می‌تواند فضایی ایجاد کند که ویژگی‌های دفاعی سالم و رشد یافته بارور شوند. مهارت‌های زندگی از طریق ایجاد همدلی، شنیدن، حمایت، بیان احساسات و سهیم شدن در تجربیات یکدیگر سبب بهبود شود سهیم شدن در تجربه، دلگرمی و امکان بیان احساسات تعلق خاطر افراد را به یکدیگر افزایش داده و سبب گسترش ارتباط با دیگران می‌شود. شرکت در جلسات آموزش مهارت‌های زندگی امکان ارتباط بین هم‌تایان را افزایش داده و فضای ایجاد می‌کند که در آن مشکلات افراد نه تنها سنجیده و فهمیده می‌شود، بلکه برای رفع آن‌ها تمام اعضا سهیم شده و مورد حمایت همدیگر قرار می‌گیرند (Botvin, Griffin & Nicholes, 2006).

با عنایت به موارد فوق، پژوهش حاضر با هدف ارزیابی تأثیر برنامه آموزش مهارت‌های زندگی بر نگرش نسبت به اعتیاد در دختران مدارس متوسطه شهر بجنورد انجام شد. نتایج تحقیق نشان داد که تفاوت معناداری بین دو گروه آزمایش و کنترل در مرحله پس‌آزمون در نگرش نسبت به اعتیاد (اثرات استفاده از مواد، خطرات و تمایل به مواد مخدر) وجود دارد. به‌طور کلی بر اساس این یافته‌ها می‌توان گفت دوره‌های آموزش برنامه مهارت‌های زندگی بر نگرش نسبت به مواد مخدر تأثیر معناداری دارد.

پژوهش حاضر همسو با یافته‌های مانیا و همکاران (۲۰۲۰) است که بیان می‌دارند که پیشگیری بهترین مداخله می‌باشد. همچنین یافته‌های پژوهش حاضر با نتایج پژوهش‌های شیخ‌الاسلامی و همکاران (۱۳۹۹)، فضلی و همکاران (۱۳۹۴)، نارویی و همکاران (۱۳۹۴)، احمدی طهورسلطانی و همکاران (۱۳۹۲) درکه و همکاران (۱۳۹۲)، بهرامی و همکاران (۱۳۹۲)، گولیکسون (۲۰۲۰)، بوتوین و همکاران (۲۰۰۶)، اسپوٹ و همکاران (۲۰۰۶) و گریفین و همکاران (۲۰۰۳) مطابقت دارد.

توموکاوا و همکاران (۲۰۲۰) در تحقیق خود به این نتیجه دست یافتند که مداخلات تأثیر مثبتی بر افراد غیر مصرف‌کننده داشته است (با تأثیر بیشتر در دختران) که با یافته‌های پژوهش هم‌راستا می‌باشد.

در تبیین یافته‌های پژوهش می‌توان گفت که در آموزش مهارت‌های زندگی، راه‌های درست و مناسب بروز و مدیریت عواطف، بهبود مهارت‌های ارتباط بین فردی، درک و شناخت خود و محیط ارائه می‌شود که به نوبه خود می‌تواند بر کاهش رفتارهای پرخطر ناشی از عدم شناخت صحیح خود و توانمندی‌های فردی، مدیریت هیجانات و شیوه صحیح ابراز آن‌ها است، تأثیر داشته باشد. مهارت‌های

زندگی منجر به ایجاد توانایی تصمیم‌گیری مناسب صحیح در هنگام بروز تعارضات فردی و بین فردی می‌شود چراکه مبنای آموزش مهارت‌های زندگی این است که بسیاری از آسیب‌های روانی و اجتماعی ناشی از فقدان راهبردهای مقابله‌ای مؤثر است. راهبردهای مقابله‌ای غیر مؤثر منشأ سازش نیافتگی و رفتارهای پرخطر و عوارض نامطلوب هیجانی، رفتاری، شناختی و بین فردی است. در جریان آموزش مهارت‌های زندگی نوجوانان می‌آموزند با دقت مشکل را تعریف نموده و سپس راه‌حل‌های متفاوت حل مشکل را تعریف نموده و مؤثرترین راه‌حل را انتخاب کند و این توانمندی موجب اعتماد به خود و احساس ارزشمندی بیشتر شده و از ناکامی‌های ناشی از عدم حل مسائل روزمره می‌کاهد.

روان‌شناسان زیادی منشأ بسیاری از رفتارهای پرخطر را عدم آشنایی با مهارت‌های زندگی می‌دانند؛ بنابراین همگی معتقدند یکی از راه‌های درمان این رفتارها یادگیری مهارت‌های زندگی است. به عبارتی هدف آموزش مهارت‌های زندگی یاددهی چگونگی فکر کردن و برخورد در مورد مسائل است. این هدف، راهی است برای تقویت استدلال و استفاده از ارزش‌های شخصی برای تصمیم‌گیری درباره مشکلات پیش‌آمده که در نهایت باعث می‌شود فرد دارای مهارت‌های زندگی شود و برخلاف افرادی که فاقد این مهارت هستند از خود رفتارهای پرخطر نشان ندهد.

با توجه به یافته‌های تحقیق توجه به این موارد پیشنهاد می‌گردد:

- پیشگیری زمانی با موفقیت همراه است که بر اساس شناسایی و توجه به عوامل خطرآفرین و مؤلفه‌های حفاظت‌کننده انجام شود، بنابراین شناسایی دانش‌آموزان در معرض خطر در مدارس از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است.
- افزایش و ارتقای دانش و آگاهی دانش‌آموزان در ارتباط با مواد مخدر و بازشناسی جنبه‌های روانی، اجتماعی و عاطفی اعتیاد - اجرا و تداوم برنامه‌های آموزش مهارت‌های زندگی برای کودکان و نوجوانان در کلیه مدارس.
- پژوهش حاضر همچون هر پژوهش دیگری دارای محدودیت‌هایی بوده است که عبارتند از:
- جامعه آماری تحقیق فقط محدود به دختران متوسطه شهر بجنورد بوده است بنابراین در تعمیم نتایج باید احتیاط کرد.
- گروه نمونه پژوهش حاضر مربوط به دانش‌آموزان می‌باشد، لذا نتایج با احتیاط قابل تعمیم است.

۶- تقدیر و تشکر

بدین وسیله از کلیه افرادی که در انجام این تحقیق، پژوهشگران را یاری رساندند، تقدیر و تشکر به عمل می‌آید.

۷- منابع

- ۱- احدی، ر. و محمدی، ش. (۱۳۹۵). عوامل مؤثر بر اعتیاد و سوءمصرف مواد مخدر در گذر پیشگیری کنشی با تأکید بر رویکرد اجتماع‌محور. سلامت اجتماعی و اعتیاد، ۳(۱۳)، ۱۴۹-۱۰۳.
- ۲- احمدی طهور سلطانی، م.، عسگری، م.، و توقیری، ا. (۱۳۹۲). اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر کاهش عوامل خطر ساز و افزایش عوامل محافظت‌کننده سوءمصرف مواد در نوجوانان کانون اصلاح و تربیت. اعتیادپژوهی، ۱۷(۲۷)، ۱۶۰-۱۴۹.
- ۳- اردستانی، پ.، و عابدینی، ش. (۱۳۹۱). گزارش تجربه و کارکرد اعتیاد خانه بهداشت امن، همایش تجارت و کارکردهای مطلوب نظام مراقبت‌های اولیه بهداشتی، خراسان شمالی.
- ۴- بهرامی، ف.، معاضدیان، آ.، و حسینی‌المدنی، ع. (۱۳۹۲). اثربخشی آموزش مهارت حل مسئله و تصمیم‌گیری بر کاهش نگرش مثبت و وابستگی به مواد افیونی. فصلنامه علمی اعتیادپژوهی، ۷(۲۵)، ۷۲-۵۷.
- ۵- پورچناری، م.، و گلزاری، م. (۱۳۸۷). اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر تغییر نگرش دانش‌آموزان پسر مقطع دبیرستان شهر سیرجان نسبت به سوءمصرف مواد مخدر. اعتیادپژوهی، ۲(۸)، ۵۴-۳۳.

- ۶- جزینی، ع. (۱۳۹۵). تأثیر مدیریت پیشگیری اولیه از اعتیاد بر دانش آموزان پسر پایه دوم دبیرستان. *اعتیاد پژوهی*، ۱۰ (۳۷)، ۹۶-۷۵.
- ۷- درکه، ب.، کرامتی، ه.، و امیری، ح. (۱۳۹۲). اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی در کاهش گرایش به مصرف مواد مخدر در تهران. *دانش انتظامی پلیس پایتخت*، ۶ (۳)، ۸۹-۱۱۲.
- ۸- زمانی، س. (۱۳۹۴). بررسی رابطه‌ی بین کمرویی و گرایش به اعتیاد در دانشجویان دختر و پسر دانشگاه مهران سال تحصیلی ۱۳۹۳-۱۳۹۴. *دانش انتظامی ایلام*، ۴ (۱۶)، ۱۰۳-۱۲۲.
- ۹- زراعت حرفه، ف.، و خضری مقدم، ن. (۱۳۹۶). نقش جو عاطفی خانواده و رضایت از زندگی در پیش‌بینی گرایش به اعتیاد. *سلامت اجتماعی و اعتیاد*، ۴ (۱۴)، ۵۵-۶۸.
- ۱۰- شاکری نسب، م.، مهدیان، ح.، و قلعه‌نوی، ز. (۱۳۹۹). اثربخشی برنامه آموزش تحول مثبت نوجوانی بر هویت‌یابی و خودکارآمدی در دانش‌آموزان در معرض خطر اعتیاد. *فصلنامه علمی اعتیادپژوهی*، ۱۴ (۵۸)، ۵۰-۳۱.
- ۱۱- شیخ‌الاسلامی، ع.، قمری کیوی، ح.، و فیاضی، م. (۱۳۹۹). اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر تاب‌آوری در دانش‌آموزان با آمادگی به اعتیاد. *اعتیادپژوهی*، ۱۴ (۵۸)، ۱۱-۳۰.
- ۱۲- فراغتی، م.، برجلی، ا.، سهرابی، ف.، فرخی، ن.، و اسکندری، ح. (۱۳۹۸). نقش معنویت و تنظیم شناختی هیجانی بر ترک اعتیاد با وضعیت تأهل و افزایش سن، علوم پزشکی رازی، ۲۶ (۵): ۳۶-۲۶.
- ۱۳- فاضل پور، ا.، و نادری، ف. (۱۳۹۷). ۱. اثربخشی آموزش مهارت‌های پیشگیری مبتنی بر باورهای دینی بر انعطاف‌پذیری کنشی، سازگاری عاطفی، اجتماعی و آموزشی دانش‌آموزان در معرض خطر سوءمصرف مواد مخدر دوره دوم متوسطه. *اعتیادپژوهی*، ۱۳ (۵۳)، ۲۳۴-۲۱۷.
- ۱۴- فضلی، ی.، شمسی، ع.، حیدری، ح. (۱۳۹۴). اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر سطح اعتیاد‌پذیری و بازخورد نسبت به مواد مخدر، همایش بین‌المللی روانشناسی و فرهنگ زندگی، موسسه سفیران فرهنگی مبین.
- ۱۵- کوزه‌گر، م. (۴ اردیبهشت ۱۳۹۹). عوامل مرتبط با اعتیاد در جوانان. *نشریه الکترونیکی سیب*. برگرفته از <https://corona.sums.ac.ir/page-sib88/fa/156/show-form/43664-1>.
- ۱۶- محمدخانی، ش. (۱۳۸۶). مدل ساختاری مصرف مواد در نوجوانان در معرض خطر: ارزیابی اثر مستقیم و غیرمستقیم عوامل فردی و اجتماعی. *پژوهش در سلامت روان‌شناختی*، ۱ (۲)، ۱۶-۵.
- ۱۷- محمدی زاده، ع.، و احمدآبادی، ز. (۱۳۸۷). هم‌وقوعی رفتارهای پرخطر در بین نوجوانان دبیرستان‌های شهر تهران. *خانواده پژوهی*، ۴ (۱۳)، ۸۷-۱۰۰.
- ۱۸- کرد نوقایی، ر.، و پاشاشریفی، ح. (۱۳۸۴). تهیه و تدوین برنامه‌ی درسی مهارت‌های زندگی برای دانش‌آموزان دوره تحصیلی متوسطه. *نوآوری‌های آموزشی*، ۴ (۲)، ۱۱-۳۴.
- ۱۹- موسوی، م. (۱۳۸۹). اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر کاهش گرایش به مواد مخدر بین دانش‌آموزان. *اعتیادپژوهی*، ۴ (۱۳)، ۷۳-۸۸.
- ۲۰- نارویی، ف.، سالاری اسکر، م.، و منظری توکلی، ز. (۱۳۹۴). تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر کاهش اعتیاد‌پذیری زنان حاشیه‌نشین شهرستان کهنوج، دومین همایش ملی چالش‌ها و راهکارهای توسعه، کهنوج.

- ۲۱- نوری، ن.، صدیقیان، آ.، رفیعی، ح.، نارنجی‌ها، ه.ف. صرامی، ح.، و باغستانی، ا. (۱۳۸۷). تحلیل روند اعتیاد در طی دو دهه اخیر (روند پدیده‌های مرتبط با اعتیاد در طی سال‌های اجرای برنامه اول تا چهارم توسعه). مرکز تحقیقات سوء مصرف و وابستگی به مواد دانشگاه علوم بهزیستی و توان بخشی، تهران.
- ۲۲- وطن دوست، ح.، و آرمند، م.ع. (۱۳۹۷). رویکرد اجتماع محور در پیشگیری از اعتیاد نوجوانان و جوانان: نقش تسهیلگری مرکز سلامت روان محلی. سلامت اجتماعی و اعتیاد، ۱۸، ۱۰۴-۷۵.
- 23- Botvin, G. J., & Griffin, K. W. (2004). Life Skills Training: Empirical findings and future directions. *Journal of Primary Prevention, 25*(2), 211-232
- 24- Botvin, G. J., Griffin, K. W., & Nichols, T. R. (2006). Preventing youth violence and delinquency through a universal school-based prevention approach. *Prevention Science, 7*(4), 403-408
- 25- Das, J. K., Salam, R. A., Arshad, A., Finkelstein, Y., & Bhutta, Z. A. (2016). Interventions for adolescent substance abuse: An overview of systematic reviews. *Journal of Adolescent Health, 59*(4), S61-S75.
- 26- Hansen, R. J. D. W. B., & Ponton, L. E. (1996). *Handbook of adolescent health risk behavior*. Springer Science & Business Media.
- 27- Griffin, K. W., Botvin, G. J., Nichols, T. R., & Doyle, M. M. (2003). Effectiveness of a universal drug abuse prevention approach for youth at high risk for substance use initiation. *Preventive Medicine, 36*(1), 1-7.
- 28- Gullickson, O. (2020). Adolescent Substance Use Identification and Early Interventions: A Guide for School Counseling Professionals.
- 29- Ialongo, N., Jeanne, P., Lisa, W., & Sheppard, K. (2001). The distal impact of two first-grade preventive interventions on conduct problems and disorder in early adolescence. *Journal of Emotional and Behavioral Disorders, 9*(3), 146-160.
- 30- Lee, J. O., Herrenkohl, T. I., Kosterman, R., Small, C. M., & Hawkins, J. D. (2013). Educational inequalities in the co-occurrence of mental health and substance use problems, and its adult socio-economic consequences: a longitudinal study of young adults in a community sample. *Public health, 127*(8), 745-753.
- 31- Maina, G., Phaneuf, T., Kennedy, M., Mclean, M., Gakumo, A., Nguemo, J., ... & Mcharo, S. K. (2020). School-based interventions for preventing substance use in indigenous children ages 7–13: a scoping review protocol. *BMJ open, 10*(2), e034032.
- 32- McLellan, A. T., McKay, J. R., Forman, R., Cacciola, J., & Kemp, J. (2005). Reconsidering the evaluation of addiction treatment: from retrospective follow-up to concurrent recovery monitoring. *Addiction, 100*(4), 447-458.
- 33- Ndugwa, R. P., Kabiru, C. W., Cleland, J., Beguy, D., Egondi, T., Zulu, E. M., & Jessor, R. (2011). Adolescent problem behavior in Nairobi's informal settlements: applying problem behavior theory in sub-Saharan Africa. *Journal of Urban Health, 88*(2), 298-317.
- 34- Shaffer, D. R., & Kipp, K. (2013). *Developmental psychology: Childhood and adolescence*. Cengage Learning.
- 35- Spoth R. L., Guyll M, Day S. X. (2002). Universal family-focused interventions in alcohol-use disorder prevention: cost-effectiveness and cost-benefit analyses of two interventions. *J Stud Alcohol;63*(2):219-28
- 36- Spoth, R. L., Clair, S., Shin, C., & Redmond, C. (2006). Long-term effects of universal preventive interventions on methamphetamine use among adolescents. *Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine, 160*(9), 876-882
- 37- Springer, J. F., Sale, E., Hermann, J., Sambrano, S., Kasim, R., & Nistler, M. (2004). Characteristics of effective substance abuse prevention programs for high-risk youth. *Journal of Primary Prevention, 25*(2), 171-194.
- 38- Tavolacci, M. P., Ladner, J., Grigioni, S., Richard, L., Villet, H., & Dechelotte, P. (2013). Prevalence and association of perceived stress, substance use and behavioral addictions: a cross-sectional study among university students in France, 2009–2011. *BMC public health, 13*(1), 1-8.

- 39- Tomokawa, S., Miyake, K., Akiyama, T., Makino, Y., Nishio, A., Kobayashi, J., ... & Asakura, T. (2020). Effective school-based preventive interventions for alcohol use in Africa: a systematic review. *African Health Sciences*, 20(3), 1397-1406.
- 40- Volkow, N. D., Baler, R. D., Compton, W. M., & Weiss, S. R. (2014). Adverse health effects of marijuana use. *New England Journal of Medicine*, 370(23), 2219-2227.



The effectiveness of life skills training on attitudes toward addiction in adolescent girls

Zahra Nemati¹, Behrang Esmaeilshad^{*2}

1. M.A. Student, Department of Educational Sciences, Bojnourd Branch, Islamic Azad University, Bojnourd, Iran.

z.nemati1256@gmail.com

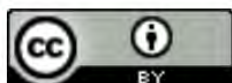
2. Assistant Prof. Department of Educational Sciences, Bojnourd Branch, Islamic Azad University, Bojnourd, Iran. (Corresponding Author)

esmaeili@bojnourdiau.ac.ir

Abstract

This study aimed to evaluate the effectiveness of life skills training on attitudes toward addiction. The present study was applied in terms of purpose and semi-experimental in terms of nature with a pre-test-post-test design. The statistical population includes all-female high school students in Bojnourd in the academic year 1399-1400. To select the samples, 30 students were randomly selected and divided into two groups of 15 (15 in the experimental group and 15 in the control group). Life skills were taught to the experimental group in 10 sessions of 90 minutes. The research instrument was the Attitude towards Addiction Questionnaire of Delavar et al (2004). Analysis of covariance and SPSS.24 software were used for statistical analysis of data. The results showed that life skills training courses in schools 56.9% of the attitude towards addiction, 45.4% of the effects of drug use 38.3% of the risks of drug use, and 43.9% of the desire to use Explains drugs. Therefore, it can be said that life skills training courses have a significant effect on attitudes toward addiction.

Keywords: life skills, attitude towards addiction, adolescent girls.



This Journal is an open access Journal Licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 International License

(CC BY 4.0)