

مقاله پژوهشی
اصل
Original
Article

اثربخشی آموزش حل مسئله و آموزش سازه دینی - اخلاقی صبر بر امید به تحصیل

فرهاد خرمائی^۱، آرزو فرخ تقی‌آبادی^۲، سید مهدی پورسید^۳

چکیده

هدف: هدف این پژوهش، بررسی اثربخشی آموزش حل مسئله و آموزش سازه دینی - اخلاقی صبر بر امید به تحصیل دانش‌آموزان بود. **روش:** طرح پژوهش نیمه‌آزمایشی با طرح گروه کنترل نابرابر بود. برای انتخاب شرکت‌کنندگان از روش نمونه‌گیری در دسترس استفاده شد؛ به این صورت که ابتدا از بین مدارس دخترانه شهرستان ابرکوه، به روش در دسترس سه مدرسه انتخاب شد و دانش‌آموزان کلاس ششم این مدارس با انتصاب تصادفی در سه گروه آموزش حل مسئله، آموزش صبر و گروه کنترل قرار گرفتند (هر گروه ۳۰ نفر). برای گردآوری داده‌ها از پرسشنامه امید به تحصیل کمری و خرمائی (۱۳۹۴) استفاده شد. در این پژوهش، آموزش صبر و آموزش حل مسئله در گروه‌های آزمایش اجرا شد. داده‌های حاصل به روش تحلیل واریانس یک‌متغیره (ANOVA) تحلیل شد. **یافته‌ها:** یافته‌های پژوهش نشان داد که آموزش حل مسئله و آموزش صبر بر امید، روی تحصیل دانش‌آموزان تأثیر دارد. **نتیجه‌گیری:** آموزش حل مسئله و آموزش سازه دینی - اخلاقی صبر به دانش‌آموزان کمک می‌کند به مسائل خود بیندیشند؛ راه‌های مختلفی برای آنها بیابند و با انتخاب بهترین راه حل، به حل مسائل خود مبادرت ورزند. علاوه بر این، دانش‌آموزان یاد می‌گیرند که با مسائل و مشکلات خود به گونه‌ای برخورد کنند که دچار اضطراب نشوند و با شکست‌های احتمالی و استرس‌ها و بحران‌ها بتوانند سلامت روان خود را حفظ کنند و با امیدواری، عملکرد تحصیلی خویش را ارتقا بخشند.

واژگان کلیدی: آموزش حل مسئله، آموزش صبر، امید به تحصیل.

❖ تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۰۳/۲۳؛ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۷/۱۷

۱. دکترای تخصصی روان‌شناسی تربیتی، دانشیار، بخش روان‌شناسی تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه شیراز. شیراز، ایران (نویسنده مسئول). نشانی: شیراز؛ میدان ارم، دانشگاه شیراز، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی. نامبر: ۰۷۱۳۶۲۸۶۶۴۴ / khormaei@shirazu.ac.ir

۲. کارشناس ارشد، بخش روان‌شناسی تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه شیراز. شیراز، ایران.

۳. استادیار، گروه آموزش روان‌شناسی و مشاوره، دانشگاه فرهنگیان. تهران، ایران.

الف) مقدمه

مفهوم امید^۱ به طور سنتی در علوم اجتماعی و به طرق مختلف، از قبیل اعتماد پایه، پاسخ شرطی شده، انتظارات هدف و دلبستگی معنوی، مفهوم سازی شده است. با این وجود، جدیدترین و گسترده ترین نظریه امید، در زمینه روان شناسی مثبت نگر وجود دارد (لی و ژانگ، ۲۰۱۸^۲). امید شرایطی احساسی است که باعث ایجاد نگرشهای مثبت درباره حوادث پیش رو در زندگی می شود (سلیگمن، ۲۰۰۳^۳). امیدواری که به معنای توانایی ادراک شده برای اجرای مسیرهای پیش بینی شده به منظور رسیدن به آرزوها و اهداف آتی است، به عنوان شکلی از تقویت، باورهای پایدار برای رسیدن به آرزوهای مد نظر و انتظار مطلوب منعطف به نتیجه، مفهوم سازی شده است (ژانگ^۴ و همکاران، ۲۰۲۲^۵). سه بعد امیدواری، مشخص کردن اهداف، تدوین راهبردهای خاص برای رسیدن به آن اهداف و ایجاد و حفظ انگیزه برای کاربرد آن راهبردها می باشند. (روس، ۲۰۲۲^۶)

در بین همه نظریه های مربوط به امید، نظریه امید اسنایدر (۱۹۹۵) یکی از معتبرترین آنهاست. اسنایدر امید را مرکب از قدرت اراده،^۷ قدرت راهیابی،^۸ داشتن هدف^۹ و تشخیص موانع^۹ دانسته است. زیربنای فکری نظریه اسنایدر به اثرات ارائه شده از سوی استوتلند^{۱۰} (۱۹۶۹) برمی گردد که در آن، امید به عنوان انتظار فرد برای موفقیت و پیروزی در دستیابی به هدف تعریف شده است. از نظر اسنایدر (۲۰۰۰)، امید عبارت است از ظرفیت ادراک شده برای تولید مسیرهایی به سمت اهداف مطلوب، خوب و انگیزه درک شده برای حرکت در این مسیرها. در واقع؛ اسنایدر امید را به عنوان سازه ای شامل دو مؤلفه مهم و ضروری معرفی کرده است: توانایی طراحی گذرگاههایی به سوی هدفهای مناسب با وجود موانع و توانایی تشکیل انگیزه برای شروع و تداوم حرکت در این گذرگاهها. امید، مجموع این دو مؤلفه است. همان طور که در این تعریف مشخص است، نظریه امید، یک نظریه

-
1. Hope
 2. Lee & Jang
 3. Seligman
 4. Zeng
 5. Rose
 6. Power of Will
 7. The Power of Progress
 8. Having a Goal
 9. Detection of Obstacles
 10. Stotland

۵ ♦ اثربخشی آموزش حل مسئله و آموزش سازه... ♦ ۵

شناختی است. در این نظریه، امید فرایندی شناختی در نظر گرفته می‌شود که دارای تبعات و همبسته‌های هیجانی می‌باشد (اسنایدر و لوپز،^۱ ۲۰۰۷). بنابر این، از نظر اسنایدر، امید یک هیجان انفعالی نیست که تنها در لحظات تاریک و شرایط بد زندگی پدیدار شود، بلکه فرایندی شناختی است که اشخاص به وسیله آن، اهداف خویش را مشخص می‌کنند؛ راهکارهایی برای رسیدن به آن اهداف به وجود می‌آورند و انگیزه لازم و مورد نیاز برای به اجرا در آوردن این راهکارها را تشکیل داده و در طول مسیر نگاه می‌دارند (همان). در نظریه امید، این اعتقاد عنوان شده است که سطوح امیدواری دانشجویان، آنان را در انتخاب اهداف آموزشی و عملی، هدایت و راهنمایی می‌کند. در شرایطی که دانشجویان با موانع و مشکلات در طول مسیر خود روبه‌رو می‌شوند، دانشجویان امیدوار می‌توانند راهکارهای زیادی را برای رسیدن به اهدافشان تصور کرده و راه‌های احتمالی را نیز برنامه‌ریزی کنند و حتی در مواردی که هدف مسدود شده است و از آن به عنوان شکست و عدم موفقیت یاد می‌شود، افراد امیدوار به این هدف مسدود شده به عنوان چالش نگاه می‌کنند که می‌بایست از طریق تلاش بیشتر، پیگیری و عملیاتی کردن راه‌های انتخابی دیگر بر آن غلبه کرده و از آن گذر کنند (همان). امید موجب افزایش انگیزه و تدبیر و تلاش برای دستیابی به اهداف مطلوب در زندگی است. افرادی که امید بیشتری دارند، استرس کمتر و در نتیجه خستگی کمتری را گزارش می‌کنند. (دانکن و همکاران،^۲ ۲۰۲۱)

امید به تحصیل^۳ یکی از زمینه‌های امیدواری کلی است که تأثیر زیادی در حوزه تحصیل دارد (پنزار و همکاران،^۴ ۲۰۲۱). امید به تحصیل سازه شناختی- هیجانی است که در این حالت، فرد انتظار دارد پیامدهای خوشایند تحصیل در آینده به وقوع بپیوندد (کمری و خرمائی، ۱۳۹۴). از دیدگاه اوکپالا و اوکپالا^۵ (۲۰۱۴)، امید به تحصیل نشان‌دهنده متوسط سالهایی است که یک دانش‌آموز می‌تواند انتظار داشته یا امیدوار باشد که در مقاطع مختلف تحصیلات رسمی ثبت نام کند و آموزش ببیند و از آموزشهای خود بهره بگیرد. بسیاری از صفات، منشا و خصوصیات شخصیتی (همچون امید به تحصیل) از مسیرهای مستقیم و غیر مستقیم می‌توانند بر پیامدهای رفتاری، انگیزشی و هیجانی اثرگذار باشند. (لارسن^۶ و همکاران، ۲۰۲۱)

1. Snyder & Lopez
2. Duncan, Jaini & Helman
3. Hope to Study
4. Penzar, Shea & Edwards
5. Okpala & Okpala
6. Larsen

یکی از مدل‌هایی که اخیراً برای امید به تحصیل ارائه شده، مدل چهار مؤلفه‌ای امید به تحصیل (کمری و خرمائی، ۱۳۹۴) است. مؤلفه اول، «امید به کسب فرصتها» است که در این حالت، فرد انتظار دارد با تحصیل بتواند در آینده به فرصت‌های شغلی و اجتماعی و نیز موفقیت در زندگی دست یابد. مؤلفه دوم، «امید به کسب مهارت‌های زندگی» نامگذاری شده است. امید به کسب مهارت‌های زندگی این انتظار در دانش آموز است که آنچه در مدرسه می‌آموزد، به وی مهارت‌های لازم در تفکر، زندگی در اجتماع و تعامل با دیگران را خواهد آموخت. مؤلفه سوم، «امید به سودمندی مدرسه» و گویای این انتظار است که مدرسه و تحصیل برای داشتن یک زندگی خوب، سودمند و مفید است. مؤلفه چهارم نیز «امید به کسب شایستگی» است. شایستگی، انتظاری در فرد است که با تحصیل می‌توان اعتبار، محبوبیت و وجهه اجتماعی به دست آورد.

با توجه به اهمیت سازه مذکور، این پژوهش به دنبال بررسی اثربخشی آموزش‌هایی است که باعث تقویت امید به تحصیل می‌شوند. فرض بر این است که آموزش حل مسئله^۱ به عنوان یک راهکار شناختی، روشی سودمند برای اثربخشی بر این سازه است. حل مسئله به عنوان روشی مفید برای مقابله با بسیاری از مشکلات موقعیتی و در نتیجه، حفظ و ارتقای انسجام شخصیتی فرد، مورد توجه بوده و از سال ۱۹۷۴، مطالعات مربوط به تأثیر آموزش این مهارت بر جنبه‌های مختلف روان‌شناختی، اجتماعی، فرهنگی، آموزشی و غیره روز به روز در حال افزایش است (شهبازی و همکاران، ۱۳۹۱). آموزش مهارت حل مسئله، ارائه منظم آموزش مهارت‌های شناختی و رفتاری است که به فرد کمک می‌کند تا مؤثرترین راه حل مشکل را شناسایی کرده، به روشی مؤثر با مشکلاتی که در آینده پیش می‌آیند، برخورد کند (زراعت و غفوریان، ۱۳۸۸). حل مسئله به عنوان توانایی فرد در شناسایی راه حل برای یک وضعیت دشوار به شکلی آگاهانه، منطقی، مجدانه و هدفمند تعریف می‌شود؛ چه به صورت درون فردی (برای مثال: عاطفی، رفتاری و مرتبط با سلامتی) و چه بین فردی (برای مثال: مشکلات یا اختلافات با افراد دیگر) (سینت جین، آلان و بسنارد، ۲۰۱۹^۲). مهارت حل مسئله، فرایندی شناختی-عاطفی-رفتاری است که طی آن، فرد یا گروه در تلاش‌اند تا ابزارهای سازگار یا مؤثر مقابله با مسائلی را که در زندگی روزمره با آنها مواجه‌اند، کشف کرده یا به وجود آورند. (لایدلاو، ۲۰۲۱^۳)

1. Problem-Solving
2. Saint-Jean, Allain & Besnard
3. Laidlaw

اثربخشی آموزش حل مسئله و آموزش سازه... ۷

یکی از مهارت‌های اجتماعی که نقش مهمی در پیشرفت تحصیلی و یادگیری دارد، حل مسئله است (جلیلی و همکاران، ۱۳۹۷). از جمله مسئولیت‌های والدین و همچنین متصدیان آموزش و پرورش، یاددهی مهارت تشخیص و حل مسئله به کودکان است. در این فرایند، به کودکان کمک می‌شود که به مسائل خود بیندیشند؛ راه‌های مختلفی برای آنها بیابند و با انتخاب بهترین راه حل، به حل مسائل خود مبادرت ورزند. علاوه بر این، در فرایند حل مسئله کودکان یاد می‌گیرند که با مسائل و مشکلات خود به گونه‌ای برخورد کنند که دچار اضطراب نشوند و با شکست‌های احتمالی برخوردی مناسب داشته باشند (توورسکی و شوارتز،^۱ ۲۰۰۵). در فرمول‌بندی صحیح از مسئله، وضعیت فعلی، وضعیت هدف و مسیرهای تغییر وضعیت، به اندازه کافی آشکار و مشخص‌اند تا فرد بتواند حرکت مداومی را در جهت رسیدن به هدف انجام دهد. اما در بسیاری از موارد، فرد به دلیل فقدان آگاهی یا مهارت، توانایی فرمول‌بندی درست مسئله را ندارد و متأسفانه بیشتر مشکلات زندگی نادرست تعریف می‌شوند (الیس و همکاران،^۲ ۲۰۲۱)؛ در حالی که اگر توان حل مسئله پایین باشد، می‌توان انتظار ایجاد اختلالات را داشت. (چنگک^۳ و همکاران، ۲۰۲۰)

یکی از روش‌های آموزشی مهارت حل مسئله، استفاده از مدل حل مسئله دزوریلا و گلدفراید^۴ (۱۹۷۱) است. از نظر دزوریلا و گلدفراید، واژه حل مسئله به فرایند حل مسئله در محیط طبیعی و واقعی اطلاق می‌شود. در مدل اصلی ارائه‌شده توسط دزوریلا و گلدفراید، دو مؤلفه عمومی و مستقل وجود دارد: ۱. جهت‌گیری به سوی مسئله، ۲. مهارت حل مسئله. مراحل مدل دزوریلا و گلدفراید عبارتند از: جهت‌گیری کلی (توانایی شناخت مشکل، پذیرش مشکل به عنوان پدیده طبیعی بالقوه قابل تغییر، اعتقاد به مؤثر بودن چارچوب حل مسئله در برخورد با مشکل، عادت به توقف، تفکر و سپس اقدام به تلاش برای حل مسئله)، تعریف و صورت‌بندی مسئله (گردآوری همه اطلاعات در دسترس، تفکیک حقایق از فرضیاتی که نیازمند تحقیق است، تجزیه مشکل، مشخص کردن اهداف واقعی)، تولید راه حل بدیع و جدید (تعیین طیفی از راه‌های محتمل، امکان انتخاب مؤثرترین پاسخ از میان پاسخها)، تصمیم‌گیری (پیش‌بینی پیامدهای احتمالی هر اقدام، توجه به سودمندی این پیامدها)، اجرای راه حل (اجرای روش انتخاب‌شده)، بازبینی (مشاهده نتایج حاصل از اجرا) و ارزیابی (دزوریلا و گلدفراید، ۱۹۷۱). با توجه به جامع بودن این مدل و کاربرد آن در

1. Twerski & Schwartz
2. Ellis, Robison & Brewer
3. Chang
4. D'zurilla & Goldfried

زمینه‌های مختلف، در این پژوهش از مدل دزوریلا و گلدفراید (۱۹۷۱) استفاده شده است. امید با راهکارهای مقابله‌ای مؤثر، از جمله: ارزیابی مجدد، حل مسئله، اجتناب از رویدادهای فشارزای زندگی و جستجوی حمایت اجتماعی، ارتباط مثبت دارد (اسنایدر و لویز، ۲۰۰۷؛ لیت و همکاران، ۲۰۰۹). بنابر این، آموزش حل مسئله و اثربخشی آن بر امید به تحصیل، مورد توجه این پژوهش قرار گرفت.

علاوه بر آموزش حل مسئله، یکی دیگر از آموزشهایی که در این پژوهش به بررسی اثربخشی آن پرداخته شده، آموزش صبر^۲ به دانش‌آموزان است. روساتی و همکاران^۳ (۲۰۰۷) و اشنیتکر^۴ (۲۰۱۲)، صبر را به معنای چشم‌پوشی از منافع زمان حال به منظور به دست آوردن پاداشهای ارزشمندتر و بزرگ‌تر در آینده تعریف کرده‌اند. اشنیتکر (۲۰۱۲) مدلی سه عاملی از صبر ارائه داده و سه گونه از صبر را سنجش کرده است که عبارتند از: صبر میان‌فردی، صبر در دشواری‌های زندگی و صبر در مشکلات روزانه. صبر میان‌فردی، صبر در تعاملات را ارزیابی می‌کند. صبر در دشواری‌های زندگی، در ارتباط با اهداف بلندمدت یا دشواری‌ها و سختی‌ها (مانند یک بیماری مزمن) است. صبر در مشکلات روزانه، به موقعیتها و شرایط ناکام‌کننده در زندگی روزمره اشاره دارد. دای و فیشباخ^۵ (۲۰۱۳) معتقدند که انتظار مستتر در صبر باعث افزایش ارزشمندی چیزهایی می‌شود که فرد در انتظار آن است. صبر در درجه نخست، تمایلی کاملاً طبیعی است که به فرد کمک می‌کند تا در برابر رنجها و ناملايمات، آرامش خود را حفظ کند. (اشنیتکر و همکاران، ۲۰۲۰)

صبر فضیلتی اخلاقی است و به استقامت، شکیبایی، خویش‌داری، رضا بودن و متعالی شدن فرد در موقعیتهایی اشاره دارد که برای او دشوار و ناخوشایند است (خرمائی و همکاران، ۱۳۹۳/الف). در این تعریف، صبر فرایند فعالانه‌ای است که موجب می‌شود فرد در مواجهه با موقعیتهای دشوار و گاه غیر قابل تغییر ناله و شکایت نکرده و بردباری ورزد. همچنین، در انجام امور و فعالیتها پایداری و ثبات داشته و در مقابل خواسته‌ها و وسوسه‌های درونی خویش‌داری کند و سختی‌ها و ناملايمات را وسیله‌ای برای رسیدن به تعالی قرار دهد (خرمائی و همکاران، ۱۳۹۳/ب). همان‌طور که ملاحظه می‌شود، مقابله مذهبی صبر به

-
1. Litt, Kaddenj, Kabel-Cormier & Petry
 2. Patience
 5. Rosati, Stevens, Hare & Hauser
 4. Schnitker
 5. Dai & Fishbakh

اثربخشی آموزش حل مسئله و آموزش سازه... ۹

واسطه پایه‌های روان‌شناختی خود می‌تواند از عوامل مؤثر بر رشد بخش متفکر مغز و مهارت حل مسئله سازنده باشد. (پارنتو و وو، ۲۰۲۱)^۱

صبر عاملی است که در موقعیتهای دشوار، در چارچوب شکیبایی، استقامت و بردباری تجلی می‌یابد (خرمائی و فرمانی، ۱۳۹۳). مدل پنج عاملی صبر توسط خرمائی و فرمانی (۱۳۹۳) ارائه شده است. این پژوهشگران اعتقاد دارند که هرچند صبر ظرفیتی زیستی - روان‌شناسی است، اما به عنوان سازه‌ای اخلاقی، توسط باورهای دینی و عوامل تأثیرگذار درونی و بیرونی جهت داده شده است. از نظر این پژوهشگران، مفاهیم مستتر در باورهای اعتقادی، دینی و جهان‌بینی دینی که نشأت گرفته از منع وحی است، تعیین‌کننده مفهوم فضیلت گونه صبر در فرهنگ اسلامی می‌باشد. آنان رویکردی فضیلتی را می‌پذیرند و صبر را مفهومی دینی - اخلاقی معرفی می‌کنند. پنج عامل مد نظر در مدل خرمائی و فرمانی عبارتند از: متعالی شدن^۲ (تحمل سختی‌ها، دشواری‌ها و ناملايمات برای دستیابی به اهداف مرتبه بالاتر قرب الهی و رشد معنوی)، شکیبایی^۳ (بردباری در مواجهه با سختی‌ها)، پذیرش و رضایت^۴ (پذیرش وضع موجود بدون گلایه و شکایت و قبول شرایطی که فرد در آن قرار دارد)، استقامت^۵ (تحمل پایدار و ثبات در انجام امور و مداومت در کار و فعالیت) و درنگ^۶ (تحمل به تعویق انداختن امیال درونی) نامگذاری شده‌اند (خرمائی و فرمانی، ۱۳۹۳). در این پژوهش آموزش صبر بر اساس مدل پنج عاملی صبر تدوین شده است.

نتایج پژوهش خرمائی و همکاران (۱۳۹۳/ب) نشان داد صبر و مؤلفه‌های آن با نمره کل امید به زندگی همبستگی مثبت معنادار دارد. همچنین، خرمائی و همکاران (۱۳۹۳/الف) در پژوهش خود نشان دادند که مؤلفه‌های صبر، نمره کل ناامیدی و خرده‌مقیاسهای آن را به طور منفی پیش‌بینی می‌کند. کمری و خرمائی (۱۳۹۴) در پژوهش خود نشان دادند که ابعاد صبر (متعالی شدن و شکیبایی) با امید به کسب مهارت‌های زندگی، امید به سودمندی و امید به کسب شایستگی، ارتباط مثبت و معناداری دارد. همچنین مرحمتی و خرمائی (۱۳۹۷) در پژوهشی دریافتند که صبر بر امید، تأثیر مستقیم و مثبت معنادار دارد.

با توجه به اهمیت سازه امید به تحصیل، این پژوهش به دنبال تعیین اثربخشی آموزش‌هایی است که باعث تقویت مؤلفه‌های امید به تحصیل در دانش‌آموزانی می‌شوند که به عنوان

1. Parenteau & Wu

2. Transcendence

3. Forbearance

4. Acceptance

5. Persistence

6. Hesitation

آینده‌سازان کشور و ازارکان اصلی آموزش و پرورش به شمار می‌آیند و شناسایی و مداخله در سازه‌هایی که بتوانند به تقویت این متغیر بینجامند، دانش نظری مرتبط با مفاهیم امید و امید به تحصیل را افزایش خواهد داد. بنابر این، مسئله مهم پژوهش حاضر این است که اثربخشی آموزش حل مسئله و آموزش فضیلت‌های اخلاقی مانند صبر بر متغیر امید به تحصیل در دانش‌آموزان چگونه است. همچنین مقایسه آموزش‌های شناختی و فضیلت اخلاقی صبر بر امید به تحصیل، از جمله مسئله‌های چالش‌انگیز این پژوهش است.

ب) روش پژوهش

این پژوهش از نوع نیمه‌آزمایشی است. در این پژوهش از طرح گروه کنترل نابرابر استفاده شده است. متغیرهای مستقل در این پژوهش، آموزش حل مسئله و آموزش صبر بود؛ متغیر وابسته نیز امید به تحصیل بوده است. همچنین متغیرهایی مانند سن آزمودنی و جنسیت، به عنوان کنترل در نظر گرفته شده است. جامعه پژوهش، کلیه دانش‌آموزان دختر پایه ششم شهرستان ابرکوه است که در سال تحصیلی ۹۸-۱۳۹۷ مشغول به تحصیل بودند. به منظور انتخاب نمونه، سه مدرسه با روش در دسترس از بین دبستان‌های شهرستان ابرکوه انتخاب شد و دانش‌آموزان کلاس ششم این مدارس، با تخصیص تصادفی در گروه آزمایش (حل مسئله و صبر) و گروه کنترل قرار گرفتند (سه گروه ۳۰ نفره). در پایان دوره آموزش، میزان امید به تحصیل آنان سنجش شد.

۱. ابزار سنجش

پرسشنامه امید به تحصیل: پرسشنامه امید به تحصیل کمری و خرمائی (۱۳۹۴) در قالب ۲۷ گویه طراحی و بر اساس مقیاس درجه‌بندی لیکرت از یک (کاملاً مخالفم) تا پنج (کاملاً موافقم) تنظیم شده است. مقیاس امید به تحصیل، دارای چهار مؤلفه با عنوان امید به کسب فرصت‌ها، امید به کسب مهارت‌های زندگی، امید به سودمندی مدرسه و امید به کسب شایستگی است. گویه‌های ۱، ۲، ۳، ۴، ۵، ۸ و ۱۴ مربوط به خرده‌مقیاس امید به کسب فرصت‌ها، گویه‌های ۷، ۱۶، ۱۷، ۱۹، ۲۰، ۲۲، ۲۳ و ۲۵ مربوط به خرده‌مقیاس امید به کسب مهارت‌های زندگی، گویه‌های ۶، ۹، ۱۰، ۱۱، ۱۳، ۲۱، ۲۴ و ۲۷ مربوط به خرده‌مقیاس امید به سودمندی مدرسه و گویه‌های ۱۲، ۱۵، ۱۸ و ۲۶ مربوط به خرده‌مقیاس امید به کسب شایستگی می‌باشند. گویه‌های ۶، ۹، ۱۰، ۱۱، ۱۳، ۲۱، ۲۴ و ۲۷ به صورت معکوس و سایر گویه‌ها به صورت مستقیم نمره‌گذاری می‌شوند. حداکثر نمره، ۱۳۵ و حداقل ۲۷ است.

اثربخشی آموزش حل مسئله و آموزش سازه... ۱۱

کمری و خرمائی (۱۳۹۴)، پایایی مقیاس امید به تحصیل را با استفاده از روش همسانی درونی بین گویه‌ها و محاسبه ضریب آلفای کرونباخ، ۰/۹۴ گزارش کرده‌اند. همچنین ضرایب آلفای کرونباخ را برای خرده‌مقیاس امید به کسب فرصت‌ها ۰/۹۰، امید به کسب مهارت‌های زندگی ۰/۹۰، امید به سودمندی مدرسه ۰/۸۰، امید به کسب شایستگی ۰/۷۶ گزارش کرده‌اند. در این پژوهش نیز پایایی کل به روش آلفای کرونباخ بررسی شد که ۰/۸۶ به دست آمد. همچنین ضرایب آلفای کرونباخ برای خرده‌مقیاس امید به کسب فرصت‌ها ۰/۶۴، امید به کسب مهارت‌های زندگی ۰/۶۸، امید به سودمندی مدرسه ۰/۷۸، امید به کسب شایستگی ۰/۵۴ به دست آمده که بیانگر این نکته است که مقیاس حاضر از پایایی مطلوبی برخوردار است.

روایی این مقیاس در پژوهش کمری و خرمائی (۱۳۹۴) از طریق تحلیل عاملی و به روش مؤلفه‌های اصلی با چرخش واریماکس محاسبه شده است. شاخص KMO در این مقیاس برابر ۰/۹۲۶ و ضریب کرویت بارتلت نیز برابر ۳۵۳۶/۲۹ است که با درجه آزادی ۳۵۱ در سطح $P < 0/0001$ معنادار و نشان‌دهنده کفایت نمونه‌گیری مقیاس حاضر بوده است. نتایج تحلیل عاملی نیز چهار مؤلفه این مقیاس را تأیید کرده است. در این پژوهش برای محاسبه روایی، از روش همبستگی بین نمرات زیرمقیاس‌ها با نمره کل استفاده شد که ضریب همبستگی مؤلفه امید به کسب فرصت‌ها ۰/۵۲، امید به کسب مهارت‌های زندگی ۰/۸۱، امید به سودمندی مدرسه ۰/۸۵ و امید به کسب شایستگی، ۰/۸۱ به دست آمد که همگی در سطح ۰/۰۰۱ معنادار بودند.

۲. روش اجرا

پژوهشگر پس از اخذ مجوز از مدیریت آموزش و پرورش و انتخاب دبستان‌های گروه نمونه (سه دبستان)، دانش‌آموزان پایه ششم را به منظور شرکت در گروه‌های آزمایشی و گروه کنترل، انتخاب و آنها را به تصادف در یکی از گروه‌های آموزش حل مسئله، آموزش صبر و گروه کنترل جایگزین کرد. آموزش حل مسئله در هشت جلسه و آموزش صبر نیز در هشت جلسه ۴۵ دقیقه‌ای در طول هشت هفته برگزار شد.

مداخله

برای آموزش حل مسئله، از بسته آموزش حل مسئله فاطمی (۱۳۸۹) که بر اساس مدل دزوریلا و گلدفراید (۱۹۷۱) تدوین شده بود، استفاده شد (پیوست ۱). آموزش حل مسئله طی هشت جلسه طراحی شده است که تلخیص این جلسات آموزشی در جدول ۱ قابل مشاهده است.

جدول ۱: خلاصه جلسات آموزش حل مسئله

جلسه	عنوان جلسه	خلاصه جلسات
اول	مرحله جهت گیری	بحث درباره مهارت حل مسئله، تشویق افراد به ابراز وجود از طریق قرائت داستان، تعیین، جهت گیری افراد به سمت حل مشکل و مشخص کردن شیوه مسئله مدار، هیجان مدار بودن.
دوم	تقویت مرحله جهت گیری	تمرین شناسایی نوع مقابله افراد در برابر مشکلات، توضیح درباره افکار اتوماتیک منفی و بحث و گفتگو در این زمینه، توضیح اصل توقف افکار، شناسایی افکار منفی، مثبت مسأله.
سوم	مرحله تعریف دقیق مسئله	بحث درباره لزوم تعریف دقیق تر مسئله، تقسیم کردن مشکلات پیچیده به قسمت ساده و اولویت بندی کردن آنها، روشن کردن مسائل مبهم، پرهیز از اهداف بلندمدت و دست نیافتنی.
چهارم	مرحله تهیه فهرستی از راه حل های مختلف	تولید راه حل های مختلف برای یک مشکل بدون قضاوت درباره درستی یا نادرستی آن، توضیح تکنیک بارش فکر، سیال سازی ذهن و یادداشت کردن تمامی راه حل های ممکن
پنجم	ارزیابی راه حل های مطرح شده و انتخاب بهترین راه حل	آموزش روش گزینی یکی از راه حل های مناسب با مقایسه کردن آنها، آموزش روش «اگر... آن وقت...»، غربالگری کلی و کنار گذاشتن راه حل ضعیف.
ششم	تصمیم گیری و اجرای راه حل انتخاب شده	بحث درباره تصمیم برای انتخاب یک راه و اجراء توضیحات درباره واکنش دهی به تضادها و اختلاف های بین افراد، زمینه اجرای راه حل باید کاملاً مشخص باشد؛ نقشه مستلزم چه چیزی است، چه کاری، کجا، چه...
هفتم	تأکید بر تفکر وسیله ای- هدفی و ارزیابی	سازماندهی شناختی مراحل، تبیین، تشریح و مرور مراحل، تشریح روش ارزیابی پس از انتخاب راه حل و پیامد آن.
هشتم	مرور مراحل قبل	مرور تمام مراحل حل مسئله در ارتباط با داستان مطرح شده، تشویق و ارائه امتیاز.

جلسات آموزش صبر بر اساس مدل پنج عاملی صبر (خرمائی و فرمانی، ۱۳۹۳) و بر اساس بسته آموزش صبر که توسط رحیمی (۱۳۹۴) تدوین شده بود، برگزار شد (پیوست ۲).

اثربخشی آموزش حل مسئله و آموزش سازه... ۱۳

آموزش صبر طی هشت جلسه طراحی شده که تلخیص این جلسات آموزشی در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۲: خلاصه جلسات آموزش صبر

جلسه	عنوان جلسه	خلاصه جلسات
اول	برقراری ارتباط و آشنایی کلی با مفهوم صبر	آشنا شدن با محقق و تشکر از دانش‌آموزان به خاطر حضور در جلسات، آشنایی دانش‌آموزان با مفهوم صبر به صورت کلی با استفاده از مثالهای مختلف و احادیث.
دوم	شکبیایی	خواندن داستان حضرت ایوب(ع) و تحلیل آن، نمایش کلیپ آموزشی و استفاده از ایفای نقش توسط دانش‌آموزان به منظور آشنا شدن با شکبیایی و اثرات آن.
سوم	استقامت	بیان داستان برای آشنایی با مفهوم استقامت.
چهارم	درنگ	بیان داستان «پادشاه و راسو» و اجرای ایفای نقش درباره درنگ کردن در برابر وسوسه‌ها.
پنجم	رضایت	بیان داستان «در هر شکست، بذری از موفقیت نهفته است»، بررسی و تحلیل آیات قرآن در زمینه رضایت.
ششم	متعالی شدن	ارائه داستان پیامبر و مرد یهودی و بررسی داستان توسط دانش‌آموزان.
هفتم	مرور تکالیف دانش‌آموزان	بررسی و تحلیل تکالیف دانش‌آموزان به صورت جزیی.
هشتم	مرور تمام جلسات آموزش	مرور و تکرار هر پنج مؤلفه صبر توسط دانش‌آموزان و ارائه مثالهایی برای اطمینان یافتن از یادگیری دانش‌آموزان.

۳. روش تجزیه و تحلیل داده‌ها

در این پژوهش به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها، از روشهای آمار توصیفی، مانند جدول توزیع فراوانی، میانگین، انحراف معیار و برای بررسی فرضیه‌ها از تحلیل واریانس یک‌متغیره (ANOVA) استفاده شد. داده‌ها با نرم‌افزار اس.پی.اس.اس. نسخه ۲۱ تحلیل شد.

ج) یافته‌های پژوهش

شاخصهای توصیفی متغیرهای پژوهش در جدول ۳ آمده است.

جدول ۳: شاخصهای توصیفی متغیرهای پژوهش در گروه کنترل و آموزش حل مسئله و آموزش صبر

متغیر	گروه	شاخص		
		میانگین	انحراف معیار	کمترین
امید به کسب فرصتها	حل مسئله	۳۳/۲۶	۱/۴۶	۲۹
	صبر	۳۳/۹۶	۱/۸۴	۲۸
	کنترل	۲۹/۹۰	۲/۴۹	۲۱
امید به کسب مهارتهای زندگی	حل مسئله	۳۳/۷۰	۱/۳۱	۲۸
	صبر	۳۳/۵۰	۲/۰۹	۲۹
	کنترل	۲۸/۷۶	۳/۸۷	۱۹
امید به سودمندی مدرسه	حل مسئله	۳۳/۶۳	۰/۹۶	۳۲
	صبر	۳۳/۵۰	۲/۱۲	۲۸
	کنترل	۳۰/۱۰	۲/۵۳	۲۴
امید به کسب شایستگی	حل مسئله	۲۸/۵۶	۱/۵۹	۲۵
	صبر	۲۷/۵۶	۲/۷۱	۱۸
	کنترل	۲۴/۹۳	۳/۳۴	۱۵
نمره کل امید به تحصیل	حل مسئله	۱۲۹/۱۶	۳/۶۱	۱۲۰
	صبر	۱۲۸/۵۳	۶/۳۶	۱۱۴
	کنترل	۱۱۳/۷۰	۸/۰۹	۹۴

بر اساس نتایج توصیفی به دست آمده از جدول ۳، در مرحله پس آزمون، میانگین نمرات افراد نمونه در دو گروه آزمایشی نسبت به گروه کنترل، تغییر محسوسی ایجاد شده است. در ادامه، نتایج تحلیل واریانس یک-متغیره (ANOVA) آمده است. گفتنی است که قبل از ارائه و بررسی نتایج، پیش فرض نرمال بودن توزیع نمرات و آزمون همگنی واریانس درون گروهی در مؤلفه‌ها بررسی شد.

جدول ۴: نتایج ام باکس

۱۴۱/۶۴	Box's M
۱۱/۲۱	اف
۱۲	درجه آزادی ۱
۳۶۶۸۰/۵۳	درجه آزادی ۲
۰/۰۰۰۱	سطح معناداری

اثربخشی آموزش حل مسئله و آموزش سازه... ۱۵

جدول ۴ نتایج آزمون ام باکس را نشان می‌دهد. با توجه به اینکه سطح معناداری کمتر از $p < 0/05$ است، نتیجه گرفته می‌شود که همگنی واریانسها برقرار نیست.

جدول ۵: نتایج آزمون لوین

متغیر	مقدار ف	درجه آزادی ۱	درجه آزادی ۲	سطح معناداری
امید به تحصیل	۷/۲	۲	۸۷	۰/۰۰۱

جدول ۵، نتایج آزمون لوین را نشان می‌دهد. چنانچه سطح معناداری در آزمون لوین بیشتر از $p < 0/05$ باشد، می‌توان گفت واریانس گروه‌ها از تجانس برخوردار است. بر اساس نتایج جدول ۵، فرض تجانس واریانس گروه‌ها در مورد متغیر امید به تحصیل رد می‌شود. اما با فرض برابری گروه‌ها می‌توان از فرض همگنی واریانسها عدول کرد. گفتنی است در این پژوهش، تعداد اعضای گروه‌ها یکسان است. در جدول ۶، نتایج تحلیل واریانس تفاوت بین گروه‌ها در متغیرهای پژوهش آمده است.

جدول ۶: نتایج تحلیل واریانس یک‌متغیره

تأثیر	ارزش	اف	درجه آزادی	مقدار خطا	سطح معناداری	ضریب اتا
اثر پیلایی	۰/۹۳	۲۵/۲۸	۶	۱۷۲	۰/۰۰۰۱	۰/۴۷
لامبدای ویکلز	۰/۱۴	۴۶/۸۵	۶	۱۷۰	۰/۰۰۰۱	۰/۶۲
اثر هتلینگ	۵/۴۸	۷۶/۷۶	۶	۱۶۵	۰/۰۰۰۱	۰/۷۳
بزرگ‌ترین ریشه روی	۵/۳۷	۱۵۴/۲	۳	۸۶	۰/۰۰۰۱	۰/۸۴

نتایج تحلیل واریانس چند متغیره در جدول ۶، نشان می‌دهد که بین گروه‌ها تفاوت معناداری وجود دارد. برای تعیین تفاوت در متغیر امید به تحصیل از تحلیل آنوا استفاده شد. (جدول ۷)

جدول ۷: نتایج آزمایش اثرات بین گروهی

منبع	متغیر وابسته	مجموع مجذور مربعات	درجه آزادی	میانگین مربعات	اف	سطح معناداری	ضریب اتا
گروه	امید به تحصیل	۱۳۱/۶۵	۲	۶۵/۸۲	۵۷/۶	۰/۰۰۰۱	۰/۵۷
خطا	امید به تحصیل	۹۹/۴۱	۸۷	۱/۱۴			
مجموع	امید به تحصیل	۴۱۹۴۴/۰۵	۹۰				

نتایج تحلیل واریانس (جدول ۷) نشان می‌دهد که در متغیر امید به تحصیل بین گروه‌ها تفاوت معنادار وجود دارد. برای تعیین تفاوت‌های گروهی، از آزمون تعقیبی توکی استفاده شده است. نتایج در جدول ۸ آمده است.

جدول ۸: نتایج مقایسه چندگانه

متغیر وابسته	گروه (I)	گروه (J)	اختلاف میانگینها (I-J)	انحراف استاندارد	سطح معناداری
امید به تحصیل	حل مسئله	صبر	۰/۱۱	۰/۲۷	۰/۹۰
		کنترل	۲/۶۲	۰/۱۷	۰/۰۰۰۱
	صبر	حل مسئله	-۰/۱۱	۰/۲۷	۰/۹۰
		کنترل	۲/۵	۰/۲۷	۰/۰۰۰۱
	کنترل	حل مسئله	-۲/۶۲	۰/۲۷	۰/۰۰۰۱
		صبر	-۲/۵	۰/۲۷	۰/۰۰۰۱

نتایج جدول ۸ نشان داد آموزش حل مسئله و آموزش صبر بر امید به تحصیل تأثیر گذار بوده است. اما بین دو گروه آزمایش آموزش حل مسئله و آموزش صبر، با توجه به متغیر امید به تحصیل، تفاوت معناداری وجود ندارد.

د) بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر، بررسی اثربخشی آموزش حل مسئله و آموزش صبر بر امید به تحصیل در دانش‌آموزان دختر پایه ششم بود. نتایج پژوهش حاضر نشان داد که آموزش حل مسئله بر امید به تحصیل دانش‌آموزان تأثیر دارد. این یافته، هماهنگی با یافته‌های توورسکی و شوارتز (۲۰۰۵)، اسنایدر و لویز (۲۰۰۷) و لیت و همکاران (۲۰۰۹) است. در تبیین این یافته می‌توان گفت مهارت حل مسئله سبب می‌شود افراد بتوانند در شرایط مختلف، توانایی روبه‌رو شدن و مقابله مؤثر با مشکل را داشته باشند. امید به یادگیری مؤلفه‌ای است که می‌تواند پیشرفت تحصیلی و عملکرد تحصیلی را به شدت تحت تأثیر قرار دهد. هرچه میزان امید به یادگیری بیشتر باشد، تلاش فرد برای دستیابی به اهدافش افزایش می‌یابد. امید، فرایندی شناختی است که افراد توسط آن، فعالانه اهداف خود را دنبال می‌کنند. از نظر اسنایدر، افراد بر اساس امید، در درجه اول، اهداف خود را تعیین می‌کنند و در درجه دوم، انگیزه لازم را برای به اجرا درآوردن این راهکارها، ایجاد و در طول مسیر رسیدن به هدف، آن را حفظ می‌کنند. (قدم‌پور و همکاران، ۱۳۹۶)

اثربخشی آموزش حل مسئله و آموزش سازه... ۱۷

این پژوهش با آموزش مفاهیمی نظیر شناسایی افکار منفی دانش آموزان در زمینه پیشرفت درسی و شکست در آن، توضیح چگونگی شکل گیری چرخه خود کار افکار منفی و بحث در این زمینه، توضیح اصل توقف افکار، تجویز تکلیف خانگی در زمینه شناسایی افکار مثبت و منفی در ارتباط با یک مسئله خاص، تمرین در زمینه بهبود روابط بین فردی در محیط کلاس و مدرسه و رابطه مؤثرتر با همکلاسی ها به منظور گسترش شبکه حمایت اجتماعی و ایجاد نگرش مثبت به مدرسه و محیط تحصیل، توانسته است چرخه افکار منفی را اصلاح کند و با تزریق افکار مثبت، امید به تحصیل را ارتقا بخشد.

امید به تحصیل، مؤلفه ای هیجانی است که نحوه واکنشهای ما به محیط پیرامون را شکل می دهد. بخش زیادی از امید به تحصیل، از نحوه ارتباطی که ما با محیط تحصیلی خود داریم حاصل می شود؛ در نتیجه به هر میزان که نگرش مثبت تر و خوشبینانه تری به محیطی که در آن تحصیل می کنیم داشته باشیم و با اعضای حاضر در این محیط روابط صمیمانه تر و با محبت بیشتری داشته باشیم، نگرش مثبت تری نیز به تحصیل خواهیم داشت و ترجیح می دهیم زمانهای بیشتری را در محیط تحصیلی سپری کنیم. (قدوسی نژاد و همکاران، ۱۳۹۶)

همچنین نتایج پژوهش حاضر نشان داد که آموزش صبر بر امید به تحصیل در دانش آموزان تأثیر دارد. این یافته همسو با یافته پژوهشهای پیشین، نظیر خرمائی و همکاران (۱۳۹۳/ب)، کمری و خرمائی (۱۳۹۴) و مرحمتی و خرمائی (۱۳۹۷) است. در تبیین این یافته می توان گفت عوامل بسیاری بر امیدواری افراد تأثیر گذارند. برای مثال، اگر افراد بدانند در پایان کار پاداشی بزرگ به آنها خواهد رسید، بر میزان تلاش خود می افزایند و نسبت به سختی ها دید مثبت تری دارند. افراد صبور در مواجهه با شرایط دشوار، از طریق صبر قادر به کنترل هیجانات و احساسات خود می شوند و پیامد به تعویق انداختن را به صورت مثبت درک خواهند کرد؛ که این فرایند خود موجب تشویق افراد در ادامه این مسیر می شود. از طرف دیگر، افراد صبور می توانند دریافت پاداش فوری را با هدف کسب پاداش بزرگ تر در آینده به تعویق بیندازند (اشنیتکر، ۲۰۱۲). این امر به فرد انگیزه لازم را برای ادامه فعالیت در مسیر رسیدن به خواسته اش فراهم می کند (کمری و خرمائی، ۱۳۹۴). از طرفی، صبر صرفاً با هدف کسب لذت انجام نمی شود، بلکه فضیلتی اخلاقی قلمداد می شود. شخص صبور آرامش درونی بیشتری را تجربه می کند و به سبب پیامدهای مثبتی که همواره از این ویژگی اخلاقی به دست می آورد، به مرور زمان سبک زندگی توأم با آرامشی را ایجاد می کند که همین سبک، به نوعی تقویت کننده و پاداش دهنده وی می باشد. (ایزدی طامه، ۱۳۸۹)

داشتن صبر، منجر به افزایش امیدواری یا به نوعی حفظ امید و انگیزه در فرد می‌شود. صبر می‌تواند امید به کسب فرصت، امید به کسب مهارت‌های زندگی، امید به سودمندی و امید به کسب شایستگی را پرورش دهد؛ زیرا صبر، یکی از مهارت‌های اساسی زندگی و از طرفی، یک شایستگی اجتماعی - اخلاقی قلمداد می‌شود (نوری، ۱۳۸۷). از سویی، صبور بودن به سبب پختگی اخلاقی و رفتاری که با خود به همراه دارد، در موارد بسیاری می‌تواند فرصت‌ها و موقعیت‌هایی را برای پیشرفت و نشان دادن شایستگی خود برای شخص فراهم آورد؛ زیرا چه در موقعیت‌های تحصیلی و کاری و چه در موقعیت‌های خانوادگی، سایرین تمایل دارند با فرد صبور که می‌تواند در شرایط مختلف از قوه تفکر و منطق خود بهره بگیرد، تعامل داشته باشند تا فردی عجول و تابع احساسات زودگذر. (همان)

یافته‌های پژوهش حاضر را می‌توان از دو جنبه نظری و کاربردی مورد توجه قرار داد. از جنبه نظری، پژوهش حاضر با آموزش حل مسئله به عنوان یکی از مهارت‌های اجتماعی و صبر به عنوان فضیلت اخلاقی، در تقویت مؤلفه‌های امید به تحصیل، نقش با ارزش و مهمی را در پیشرفت تحصیلی و یادگیری دانش‌آموزان، به عنوان آینده‌سازان کشور و از ارکان اصلی آموزش و پرورش، ایفا کرده و در این زمینه به توسعه و غنای دانش کمک کرده است. این پژوهش دو روش آموزش شناختی (حل مسئله) و آموزش منش اخلاقی (صبر) را در افزایش امید به تحصیل در قیاس با یکدیگر مورد توجه قرار داد. یافته‌های پژوهش، کارکرد مثبت هر دو روش را روی متغیر وابسته تأیید کرد. این یافته‌ها بر غنای دانش در خصوص تأثیر این متغیرها افزوده است. محقق تاکنون پژوهشی را که به بررسی مؤلفه‌های شناختی در مقایسه با مؤلفه‌های اخلاقی روی متغیر مد نظر پرداخته باشد، مشاهده نکرده است. این یافته چالش‌های جدیدی در خصوص اثر مداخلات اخلاقی روی کارکردهای شناختی و بالعکس ایجاد کرده است که راهگشای پژوهش‌های دیگر در این خصوص خواهد بود و به بسط و توسعه دانش در این حیطه کمک خواهد کرد.

نتایج این پژوهش در سطح کاربردی نیز قابل توجه است. نتایج پژوهش نشان داد که آموزش حل مسئله و آموزش صبر، سبب افزایش امید به تحصیل شد. پیشنهاد می‌شود آموزش مهارت حل مسئله به عنوان نوعی مداخله در مدارس به کار رود که دانش‌آموزان برای مطالعه و یادگیری (تحصیل) سردرگم‌اند و هنوز تحصیل را به عنوان راهی درست در جهت موفقیت در زندگی آینده انتخاب نکرده‌اند. همچنین پیشنهاد می‌شود که با برگزاری کلاسهای آموزش والدین، مهارت حل مسئله از طریق انجمن اولیا و مربیان و با دعوت از

اثربخشی آموزش حل مسئله و آموزش سازه... ۱۹

روان‌شناسان مجرب، زمینه توانمندسازی والدین در خلق بافتهای چالشی در محیط خانه و امید به تحصیل دانش‌آموزان را فراهم سازند. به عبارت دیگر؛ به معلمان پیشنهاد می‌شود تا در کارهای آموزشی خود موقعیتهای سازمان‌یافته و نسبتاً پیچیده را در اختیار دانش‌آموزان قرار دهند که همانند تمرینی برای آماده‌سازی آنها برای مواجهه با مسائل پیچیده زندگی واقعی عمل کنند. این تمرینها می‌تواند تلاشی برای ایجاد فرصت برای رشد مهارت حل مسئله باشد و دانش‌آموزان را قادر می‌سازد تا از عهده مسائل و مشکلات برآیند. از سوی دیگر، این موقعیتهای ضرورت وجود صبر را برای دستیابی به مطلوب تقویت خواهد کرد و منجر به رشد این فضیلت اخلاقی در دانش‌آموزان خواهد شد و در نهایت، زمینه را برای افزایش امید به تحصیل در دانش‌آموزان فراهم خواهد کرد. پیشنهاد می‌شود در پژوهشهای آینده، تأثیر آموزش مهارت حل مسئله و آموزش صبر بر دیگر عوامل، مانند هیجانهایی مثبت و منفی در فضای مدرسه، میزان پرخاشگری کودکان در روابط مدرسه‌ای و بیرون از مدرسه و انتخاب هدفهای بخردانه بررسی شود.

با توجه به اینکه هم آموزش صبر و هم آموزش حل مسئله بر امید به تحصیل اثر مثبت دارد، اما بین آموزش صبر و حل مسئله تفاوت معناداری در امید به تحصیل مشاهده نشد؛ بنابر این، می‌توان هر یک را به جای دیگری استفاده کرد؛ اما چون آموزش صبر علاوه بر اینکه همانند حل مسئله در امید به تحصیل اثر مثبت دارد، منجر به تقویت ارزشهای دینی و اخلاقی نیز می‌شود که این موضوع با اهداف تعلیم و تربیت همخوانی بیشتری دارد و از سوی دیگر با پیشینه فرهنگی دانش‌آموزان نیز هماهنگی و سنخیت بیشتری دارد.

این پژوهش محدودیتهایی نیز داشته است. انجام این پژوهش در میان گروهی از دانش‌آموزان دختر پایه ششم ابرکوه، یکی از محدودیتهای این پژوهش بوده است که تعمیم‌پذیری یافته‌ها را در گروه‌های دیگر با محدودیت روبه‌رو می‌سازد. پیشنهاد می‌شود پژوهشهای آینده در نمونه‌هایی با پراکندگی سنی گسترده‌تر و در گروه‌های مختلف فرهنگی صورت گیرد. با توجه به اینکه پژوهش حاضر روی جنسیت دختر انجام شده، لازم است در تعمیم نتایج احتیاط شود.

منابع

- ایزدی طامه، احمد (۱۳۸۹). «مقایسه تأثیر آموزش صبر، حل مسئله و ترکیبی (صبر و حل مسئله) بر مؤلفه‌های سخت‌رویی دانشجویان در یک دانشگاه نظامی». *روان‌شناسی نظامی*، ش ۱(۳): ۷۲-۵۹.

- جلیلی، اکبر؛ مسعود حجازی، غلامحسین انتصار فومنی و ذکرااله مروتی (۱۳۹۷). «رابطه فراساخت و عملکرد تحصیلی با میانجی‌گری حل مسئله». سلامت روان کودک، ش ۵(۱): ۹۱-۸۰.
- خرمائی، فرهاد و اعظم فرمانی (۱۳۹۳). «بررسی نقش پنج عامل بزرگ شخصیت در پیش صبر و مؤلفه‌های آن در دانشجویان». روان‌شناسی بالینی و شخصیت، ش ۱۲(۲): ۱۱-۲۴.
- خرمائی، فرهاد؛ اعظم فرمانی و اسماعیل سلطانی (۱۳۹۳/الف). «نقش صبر به عنوان یک فضیلت اخلاقی و شخصیت در پیش‌بینی ناامیدی دانشجویان». اخلاق پزشکی، ش ۸(۲۸): ۱۹۹-۱۶۷.
- خرمائی، فرهاد؛ فرشته زارعی، منصوره مهدی‌یار و اعظم فرمانی (۱۳۹۳/ب). «نقش صبر و مؤلفه‌های آن به عنوان فضایل اخلاقی در پیش‌بینی امید دانشجویان». اخلاق و تاریخ پزشکی، ش ۷(۳)، ۶۸-۵۹.
- رحیمی، فیروزه (۱۳۹۴). مقایسه اثربخشی آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیمی و آموزش صبر بر اهمال‌کاری تحصیلی دانش‌آموزان. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه شیراز.
- زراعت، زهرا و علیرضا غفوریان (۱۳۸۸). «اثربخشی آموزش مهارت حل مسئله بر خودپنداره تحصیلی دانشجویان». راهبردهای آموزش، ش ۲(۱): ۲۶-۲۳.
- شهبازی، سارا؛ مریم حضرتی، مرضیه معطری و محمد حیدری (۱۳۹۱). «تأثیر آموزش مهارت حل مسئله بر هوشبهر هیجانی دانشجویان پرستاری شیراز». آموزش در علوم پزشکی، ش ۱۲(۱): ۷۶-۶۷.
- قدم‌پور، عزت‌اله؛ لیلا یوسفوند و پروانه رادمهر (۱۳۹۶). «مقایسه اثربخشی آموزش راهبردهای شناختی و فراساختی بر امید تحصیلی در دانش‌آموزان دختر و پسر». راهبردهای شناختی در یادگیری، ش ۵(۹): ۴۷-۳۳.
- قدوسی‌نژاد، آیت؛ سالار عبدالملکی، سید مرتضی هاشمی و سجاد عبدالملکی (۱۳۹۶). «رابطه یادگیری خودتنظیمی و امید به تحصیل با اضطراب امتحان در دانش‌آموزان پایه ششم ابتدایی». سومین همایش بین‌المللی افقهای نوین در علوم تربیتی، روان‌شناسی و آسیبهای اجتماعی، ۱۳.
- کمری، سامان و فرهاد خرمائی (۱۳۹۴). «بررسی نقش واسطه‌ای صبر در ارتباط بین سرسختی روان‌شناختی و امید به تحصیل در دانش‌آموزان دبیرستان». پژوهشهای کاربردی در روان‌شناسی تربیتی، ش ۲(۳): ۷۷-۶۰.
- مرحمتی، زهرا و فرهاد خرمائی (۱۳۹۷). «رابطه دینداری و امید: نقش واسطه‌ای صبر». روان‌شناسی تحولی: روان‌شناسان ایرانی، ش ۱۴(۵۶): ۴۴۴-۴۳۵.
- نوری، نجیب‌الله (۱۳۸۷). «بررسی پایه‌های روان‌شناختی و نشانگان صبر در قرآن». روان‌شناسی و دین، ش ۱(۴): ۱۶۸-۱۴۳.
- Chang, E.C.; W. Tian, X. Jiang, S. Yi, J. Liu, Y. Bai, ... & J.K. Hirsch (2020). "Beyond the role of loneliness in psychological ill-being and well-being in females: Do social problem-solving processes still matter?". *Personality and Individual Differences*, 155: 109729.
- Dai, X. & A. Fishbach (2013). "When waiting to choose increases patience".

- Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 121: 256-266.
- Duncan, A.R.; P.A. Jaini & C.M. Helman (2021). "**Positive psychology and hope as lifestyle medicine modalities in the therapeutic encounter: A narrative review**". *American Journal of Lifestyle Medicine*, 15(1): 6-13.
 - D'zurilla, T.J. & M.R. Goldfried (1971). "**Problem solving and behavior modification**". *Journal of abnormal psychology*, 78(1): 107-126.
 - Ellis, D. M.; M.K. Robison & G.A. Brewer (2021). "**The cognitive underpinnings of multiply-constrained problem solving**". *Journal of Intelligence*, 9(1): 1-25.
 - Laidlaw, K. (2021). "**Cognitive behavioral therapy with older people**". In A. Wenzel (Ed.). *Handbook of cognitive behavioral therapy: Applications* (P. 751-771). American Psychological Association.
 - Larsen, R.J.; D.M. Buss, A. Wismeijer, J. Song & S. Van den Berg (2021). **Personality psychology: Domains of knowledge about human nature**. London: McGraw-Hill.
 - Lee, C.S. & H.Y. Jang (2018). "**The roles of growth mindset and grit in relation to hope and self-directed learning**". *Journal of the Korea Convergence Society*, 9(1): 95-102.
 - Litt, M.D.; R.M. Kaddenj, E. Kabela-cormier & N.M. Petry (2009). "**Coping skills training and contingency management treatment for marijuana dependence: Exploring mechanism of behavior change**". *Addiction*, 103(4): 638-648.
 - Okpala, A. & C. Okpala (2014). "**The role of school life expectancy and urbanization on adult literacy rates in sub-Saharan Africa**". *The International Business & Economics Research Journal*, 13(2): 329-334.
 - Parenteau, S.C. & H. Wu (2021). "**Religious problem-solving styles and life satisfaction: Exploring god, the will and the way**". *Journal of Religion and Health*, 60(6): 4451-4466.
 - Penzar, E.C.; M. Shea & C.N. Edwards (2021). "**College students' academic achievement: Exploring the role of hope and academic self-efficacy**". *International Dialogues on Education Journal*, 8(1): 4-23.
 - Rosati, A.G.; J.R. Stevens, B. Hare & M.D. Hauser (2007). "**The evolutionary origins of human patience: Temporal preferences in chimpan zees, bonobos, and human adults**". *Current Biology*, 17(19): 1663-1668.
 - Rose, S. (2022). "**Measurement structures of hope: A review of single-factor and two-factor models across hope scales**". *Current Opinion in Psychology*, In Press.
 - Saint-Jean, M.; P. Allain & J. Besnard (2019). "**A sociocognitive approach to social problem solving in patients with traumatic brain injury: a pilot study**". *Brain Injury*, 33(1): 40-47.
 - Schnitker, S. (2012). "**An examination of patience and well-being**". *The Journal of Positive Psychology*, 7(4): 263-280.
 - Schnitker, S.; D.B. Ro, J. Foster, A. Abernethy, J. Currier ... & J. Carter (2020). "**Patient patients: Increased patience associated with decreased depressive symptoms in psychiatric treatment**". *The Journal of Positive Psychology*, 15(3): 300-313.
 - Seligman, M.E. (2000). "**Positive psychology, positive prevention, and positive therapy**". *Handbook of positive psychology*, 2: 3-12.
 - Snyder, C.R. (Ed.) (2000). **Handbook of hope: Theory, measures, and applications**. Academic press. USA.
 - Snyder, C.R. & S.L. Lopez (2007). **Positive psychology: The scientific and practical explorations of human strengths**. Sage Publications, Thousand Oaks,

- New Delhi.
- Twerski, R.A. & U. Schwartz (2005). **Positive parenting**. NY: Pearson Company Inc.
 - Zeng, Q.; Y. He, J. Li, Z. Liang, M. Zhang, D. Yi & J. Quan (2022). "Hope, future work self and life satisfaction among vocational high school students in China: The roles of career adaptability and academic self-efficacy". *Personality and Individual Differences*, 199: 111822.
 - Ghadampour, E.; L. Yousefvand & P. Radmehr (2017). "The compare effectiveness of cognitive and Meta cognitive strategies education on academic hope of girl and boy students". *Journal of Cognitive Strategies in Learning*, 5(9): 33-47.
 - Izadi Tammeh, A. (2010). "A Comparison of the effects of teaching patience, problem solving, and the combined method on student's hardness in a military university". *Scientific Journal of Military Psychology*, 1(3): 59-72.
 - Jalili, A.; M. Hejazi, G. Entesar Foumani & Z. Morovati (2018). "The relationship between meta-cognition and academic performance with mediation role of problem solving". *Quarterly Journal of Child Mental Health*, 5(1): 80-92.
 - Kamari, S. & F. Khormae (2015). "The mediating role of patience in relationship between psychological hardness and hope to education in high school students". *Journal of Applied Research in Educational Psychology*, 2(3): 60-77.
 - Khormae, F. & A. Farmani (2014). "Surveying the role of big five personality factors in prediction of patience and its components in students". *Clinical Psychology & Personality*, 12(2): 11-24.
 - Khormae, F.; A. Farmani & E. Soltani (2014). "Investigating the prediction role of patience as a moral construct and personality Characteristics in the hopelessness of university students". *Quarterly Journal of Medical Ethics*, 8(28): 167-199.
 - Khormae, F.; F. Zareie, M. Mahdiyar & A. Farmani (2014). "Role of patience and its components as moral constructs in predicting hope among university students". *Iranian Journal of Medical Ethics and History of Medicine*, 7(3): 58-68.
 - Marhemati, Z. & F. Khormaei (2018). "The relation of religiousness to hope: The mediating role of patience". *Journal of Developmental Psychology: Iranian Psychologists*, 14(56): 435-444.
 - Noori, N. (2008). "Examining the psychological bases and symptoms of patience in the Quran". *Journal of Psychology and Religion*, 1(4): 143-168.
 - Qudosi-Najad, A.; S. Abdulmaleki, S.M. Hashemi & S. Abdulmaleki (2017). "The relationship between self-regulated learning and hope for education with test anxiety in sixth grade students". *The third international conference on new horizons in educational sciences, psychology and social injuries*, 1-13.
 - Rahimi, F. (2015). **Comparing the effectiveness of teaching self-regulation learning strategies and teaching patience on students' academic procrastination**. Master's thesis. Shiraz University.
 - Shahbazi, S.; M. Hazrati, M. Moattari & M. Heidari (2012). "Training problem solving skills and its effect on emotional intelligence of nursing students of Shiraz". *Iranian Journal of Medical Education*, 12(1): 67-76.
 - Zera'at, Z. & A.R. Ghafourian (2009). "Effectiveness of problem solving skill teaching on students' educational self-thought". *Journal of Education Strategies*, 2(1): 23-26.