

مقایسه تنظیم هیجانی و شیوه های حل مسئله در دانش آموزان عادی و تک والدی

مریم کلهرنیا گل کار^{*۱}

۱. استادیار، دانشگاه آزاد اسلامی کرج، ایران
(تاریخ وصول: ۹۷/۰۲/۱۰ - تاریخ پذیرش: ۹۷/۰۳/۲۵)

Comparison of emotional regulation and problem solving methods in ordinary and single parent students

* Maryam Kalthornia Golkar¹

۱. Assistant Professor, Islamic Azad University of Karaj, Iran
(Received: April. ۳۰, ۲۰۱۸ - Accepted: June. ۱۴, ۲۰۱۸)

Abstract

Introduction: The present study was conducted to compare emotional regulation and problem solving methods in ordinary and single parent students. Method: This descriptive method is of causal-comparative type according to the purpose of the applied type and based on its nature. The statistical population of this study is all female high school girl students of Facts (۱۱-۱۲-۱۱), which selected ۶۰ single-parent students and ۶۰ normal students by available sampling, for collecting Data were collected using standard questionnaire of flip-flops and Cassidy and Alang problem solving methods. Multivariate analysis of variance (MANOVA) was used to analyze the data. Results: Based on the findings of the research, it can be concluded that the mean scores of emotional regulation in ordinary students are higher than single-parent students and this difference is significant. Based on the findings of the research, it can be concluded that the average score of problem solving and personal control on excitement in ordinary students is higher than single-parent students and this difference is significant. However, the average score of avoiding problem solving in single parent students is higher than normal students, and this difference is significant.

Keywords: emotional regulation, problem solving methods, students, single parent

چکیده

مقدمه: پژوهش حاضر با هدف مقایسه تنظیم هیجانی و شیوه های حل مسئله در دانش آموزان عادی و تک والدی انجام شد. روش: این پژوهش حاضر از نظر روش توصیفی، با توجه به هدف از نوع کاربردی و بر اساس ماهیت، از نوع علی - مقایسه ای می باشد. جامعه آماری در پژوهش حاضر، عبارت است از کلیه ی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه دبیرستان دخترانه حقایق (مقطع ۱۰-۱۱-۱۲) که تعداد ۶۰ دانش آموز تک والد و ۶۰ دانش آموز عادی از طریق نمونه گیری دردسترس انتخاب شد، برای جمع آوری اطلاعات از پرسشنامه های استاندارد تنظیم هیجان فلیپس و شیوه های حل مسئله کسیدی و النگ استفاده شد. جهت تجزیه و تحلیل داده ها از تحلیل واریانس چند متغیری (مانوا) استفاده شد. یافته ها: براساس یافته های پژوهش می توان نتیجه گرفت که میانگین نمرات تنظیم هیجانی در دانش آموزان عادی از دانش آموزان تک والدی بالاتر است و این تفاوت معنادار است. براساس یافته های پژوهش می توان نتیجه گرفت که میانگین نمرات احساس کفایت در حل مسئله و کنترل شخصی بر هیجان ها در دانش آموزان عادی از دانش آموزان تک والدی بالاتر است و این تفاوت معنادار است. اما میانگین نمرات حل مسئله اجتنابی در دانش آموزان تک والدی از دانش آموزان عادی بالاتر است و این تفاوت معنادار است.

کلمات کلیدی: تنظیم هیجانی، شیوه های حل مسئله، دانش آموزان، تک والدی

مقدمه

یکی از مسئولیت های والدین کمک و آموزش به کودکان در جهت تشخیص و حل مشکلات گوناگونی است که به طور مداوم در زندگی روزمره با آن رو به رو می شود. این گونه آموزش ها می توانند در کاهش رفتارهای نامناسب کودکان و بهبود رفتارهای اجتماعی آنها موثر واقع شوند. مواجهه با مشکل در زندگی امری طبیعی و اجتناب ناپذیر است و افراد در سراسر زندگی خود با مسائل و مشکلات مختلفی رو به رو می شوند، از این رو توانایی افراد در مواجهه با این گونه موقعیت ها به شیوه صحیح و کارآمد از اهمیت بالایی برخوردار است. افرادی که از مهارت های حل

مسئله پابینی برخوردارند در برخورد با مشکلات با شکست مواجه شده و به محض رویارویی با موانع، ممکن است با بروز رفتارهای برانگیخته نسبت به آن واکنش نشان دهند، احساس ناکامی کنند، پرخاشگر شوند یا برای پرهیز از موقعیت مشکل ساز گوشه گیر شوند؛ فرایندی که می تواند بروز رفتارهای سازش نایافته را برای فرد در پی داشته باشد (فاکس و هندرسون^۱، ۲۰۱۳).

از این رو توانایی حل مسئله یکی از اساسی ترین مهارت ها در رویارویی با این گونه مشکلات است. اما فقط با داشتن مهارت حل مسئله تمامی مشکلات حل و فصل نمی گردد. حمایت اجتماعی ادراک شده در سالهای اخیر تحقیقات بسیاری به خود معطوف کرده است. حمایت اجتماعی مطلوب می تواند احساس تنهایی را کاهش داده و موجب رضایت از زندگی شوند افزایش حمایت اجتماعی، پاسخ ناسازگارانه به استرس در افراد را کاهش می دهد و منجر می شود سلامت روان در فرد بهبود می یابد. شبکه ی ارتباطات و حمایت اجتماعی عامل مهمی برای تجربه های مثبت محسوب می شود که در نهایت به احساس خودارزشمندی افراد منجر می گردد (ایکیز و ساکار^۲، ۲۰۱۰) در کنار این مولفه های مهم ذکر شده تنظیم هیجانی می تواند هیجانات مثبت و منفی را مدیریت کند و سلامت روانی را تحت تأثیر قرار دهد. هیجانات مثبت نشان دهنده میزان شور و اشتیاق به زندگی و احساس فاعلیت و هوشیاری در افراد است. در مقابل، هیجانات منفی، یک بعد عام ناراحتی درونی و اشتغال ناخوشایند را نشان میدهد و حالات ناخوشایندی مانند خشم، نفرت، بیزاری، گناه، ترس و عصبانیت را شامل میشود و نمی توان آن را نادیده انگاشت. از جمله متغیرهای دیگری که افراد با آن درگیر هستند، مدیریت و تنظیم هیجان است (تامپسون^۳، ۲۰۰۱). تنظیم شناختی- هیجانی راهبردهایی است که افراد در شرایط پریشانی به کار می برند تا هیجانهای خود را کنترل کنند (گروس و جان، ۲۰۰۳؛ سلیمانی و حبیبی، ۱۳۹۳). نظریه های جدید در قلمرو هیجان، بر نقش مثبت و انطباقی هیجان تأکید دارند (فردریکسون^۴، ۲۰۰۱). طبق این نظریه ها هیجان می تواند نقش سازنده ای در پردازش اطلاعات (مایر و سالووی^۵، ۱۹۹۵) و فرایند تصمیم گیری و حل مساله (ایزن و روزن زویگ^۶، ۱۹۹۴) داشته باشد. گارنفسکی، کرایچ و اسپینهاون^۷ (۲۰۰۶) به این نتیجه رسیدند که رابطه ی روشنی بین تجربه ی حوادث منفی، راهبردهای تنظیم هیجان و مشکلات هیجانی وجود دارد. نتایج پژوهش آن ها نشان داد که استفاده از برخی راهبردهای تنظیم شناختی هیجان، روی تجربه ی فرد از رویداد منفی زندگی تأثیر می گذارد. دیگر محققان نیز گزارش کردند که استفاده از راهبردهای غیرسازگارانه تنظیم شناختی هیجان در جوانان دارای رفتار ضد اجتماعی و پرخاشگری بیشتر بود و در این افراد میزان عواطف منفی همچون افسردگی، ناامیدی، مقصر دانستن خود و اضطراب شایع بود (نولن- هوکسما، مک-براید و لارسون، ۲۰۰۹ و سولینون، بیشاپ و پی-وایک^۸، ۲۰۱۱). تحقیقات نشان می دهد که فرزندان خانواده های تک والد و دو والد در رشد روانی، رفتارهای اجتماعی متفاوت هستند. با توجه به مطالب گفته شده هدف

^۱ Foax And Hendersoon

^۲ . Ikiz, F.E., & Cakar, F.S

^۳ Thompson

^۴ Fredrickson

^۵ Mayer & Salovey

^۶ Isen & Rozenzweig

^۷ Garnefski, Kraaij & Spinhoven

^۸ Nolen-Hoeksema, McBride & Larson

پژوهش حاضر پاسخ به این سوال است که آیا بین تنظیم هیجانی و شیوه های حل مسئله در دانش آموزان عادی و تک والدی تفاوت وجود دارد؟

روش

پژوهش حاضر از نظر روش توصیفی، با توجه به هدف از نوع کاربردی و بر اساس ماهیت، از نوع علی - مقایسه ای می باشد. جامعه آماری در پژوهش حاضر، عبارت است از کلیه ی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه (مقطع ۱۰-۱۱-۱۲) دبیرستان دخترانه حقایق کرج که در سال ۱۳۹۶ مشغول به تحصیل بوده و تعداد آن ها ۴۰۰ نفر می باشد. از بین این تعداد ۷۲ دانش آموز تک والد و ۳۲۸ دانش آموز، دارای دو والد می باشند. برای تخمین تعداد نمونه هر گروه (تک والد و دو والد) از فرمول کوکران استفاده شد. تعیین حجم نمونه با استفاده از فرمول کوکران نیازمند آگهی از حجم جامعه است. بر اساس تعداد دانش آموزان تک والد که ۷۲ نفر اعلام شده است، حجم نمونه ۶۰ نفر محاسبه شد و برای همگنی گروه ها از بین دانش آموزان دو والد نیز ۶۰ نفر انتخاب شد. در پژوهش حاضر از روش نمونه گیری در دسترس استفاده گردید. جهت تجزیه و تحلیل داده ها در سطح توصیفی شامل اندازه های گرایش به مرکز (میانگین) اندازه های پراکنده از مرکز (انحراف استاندارد) و در سطح استنباطی جهت نرمال بودن (طبیعی بودن) توزیع نمونه-گیری از آزمون کلموگروف اسمیرنوف، برای بررسی همگنی واریانس دو گروه از آزمون آمستقل دو گروهی استفاده شده است. سپس جهت بررسی تفاوت بین متغیرهای پژوهش در دو گروه از آزمون تی مستقل به واسطه نرم افزار SPSS نسخه ۲۴ استفاده گردید.

ابزار گردآوری اطلاعات

پرسشنامه تنظیم هیجان (CERQ-P)

این پرسشنامه دارای ۳۶ سوال بوده و هدف آن سنجش خرده مقیاس های تنظیم شناختی هیجان است. این پرسش نامه توسط گارنفسکی و همکاران (۲۰۰۱) به منظور ارزیابی راهبردهای شناختی که هر فرد بعد از تجربه رخدادهای تهدید کننده یا استرس های زندگی به کار می برد ابداع شده است. طیف پاسخگویی آن از نوع لیکرت است. این پرسشنامه که شامل ۹ خرده مقیاس است و هر کدام یک راهبرد خاص از راهبردهای شناختی را ارزیابی می کند. خرده مقیاس ها عبارتند از: مقصر دانستن خود، مقصر دانستن دیگران، پذیرش رخداد، توجه مجدد برنامه ریزی برای چگونگی برخورد با رخداد، توجه مثبت مجدد به مسائل خوشایند به جای تفکر درباره آن رخداد واقعی، نشخوار فکری، باز ارزیابی مثبت، رسیدن به یک دور نما (افکار مربوط به نسبی بودن آن رخداد در مقایسه با سایر رخدادهای) و مصیبت بار تلقی کردن. از میان این راهبردها، راهبردهای مقصر دانستن خود، مقصر دانستن دیگران، نشخوار فکری، مصیبت بار تلقی کردن رخداد راهبردهای منفی تنظیم هیجان هستند و راهبردهای پذیرش، توجه مجدد به برنامه ریزی، توجه مثبت مجدد، باز ارزیابی مثبت و رسیدن به یک دور نما راهبردهای مثبت تنظیم هیجان را نشان می دهند. نمره هر راهبرد از طریق جمع نمرات داده شده به هر یک از عبارات تشکیل دهنده آن راهبرد به دست می آید و می تواند در دامنه ای از ۴ تا ۲۰ قرار بگیرد و جمع کل نمرات در دامنه ای از ۳۶ تا ۱۸۰ قرار می گیرد. برای بدست آوردن امتیاز مربوط به هر بعد، مجموع امتیازات سوالات مربوط به آن بعد را با هم جمع نمایید. برای بدست آوردن امتیاز کلی پرسشنامه، مجموع امتیازات همه سوالات را با هم جمع کنید. در بررسی

مشخصات روان سنجی آزمون گارنفسکی و همکاران (۲۰۰۱) پایایی آزمون را با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ به ترتیب برابر با ۰/۹۱۱، ۰/۸۷، ۰/۹۳ به دست آوردند. در ایران نیز روایی آزمون از طریق همبستگی نمره کل با نمرات خرده مقیاس ها آزمون بررسی شد که دامنه ای از ۰/۴۰ تا ۰/۶۸ با میانگین ۰/۵۶ را دربر می گرفت که همگی آن ها معنادار بودند. در سال ۱۳۸۲ پایایی پرسشنامه در فرهنگ ایرانی توسط یوسفی با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برای کل مقیاس های شناختی ۰/۸۲ گزارش شده است. میزان پایایی پرسشنامه ۰/۸۲٪ است.

پرسشنامه شیوه های حل مسئله

این پرسشنامه توسط هینر و پترسون^۱ تهیه شد که حاوی ۳۵ سوال است و برای سنجش درک پاسخ دهنده از رفتارهای حل مسئله شان و چگونگی واکنش افراد به مسائل روزانه شان طراحی و تهیه شده است. هینر و کراسکوف (۱۹۸۷، به نقل از لارسون، پنتزا و ونستد ۱۹۹۵) حل مسئله را شامل یک رشته پاسخ های رفتاری، شناختی و عاطفی می داند که به منظور سازگاری با چالشهای درونی و بیرونی ابراز گردیده اند. هینر (۱۹۸۸) وجود سه ساختار را در فرایند حل مسئله مطرح ساخته است عبارتند از: احساس کفایت در حل مسئله، مسئله کنترل شخصی بر هیجانها و رفتارها و سبکهای گرایشی - اجتنابی. مقیاس پرسشنامه بر اساس طیف لیکرت است. که از گزینه کاملاً موافقم (۱) تا کاملاً مخالفم (۶) را دربر می گیرد. هینر (۱۹۸۸) وجود سه ساختار را در فرآیند حل مسئله مطرح ساخته است عبارتند از: احساس کفایت در حل مسئله کنترل شخصی بر هیجانها و رفتارها و سبک های گرایشی - اجتنابی. همسانی درونی این پرسشنامه بین ۷۵٪ تا ۸۵٪ گزارش شده است (هینر و پترسن، ۱۹۸۲). روایی آزمون نشان داد که ابزار سازه هایی را اندازه گیری می کنند که مربوط به متغیرهای شخصیتی و به طور قابل ملاحظه ای مرکز کنترل هستند. پایایی بازآزمایی نمره کل پرسشنامه در فاصله دو هفته در دامنه ای از ۸۳٪ تا ۸۹٪ گزارش شده است که بیانگر این است که پرسشنامه حل مساله ابزاری پایا برای سنجش توانایی حل مساله می باشد. در ایران نیز رفعتی و خسروی در سال ۱۳۷۵ برای اولین بار پرسشنامه را ترجمه و آلفای کرونباخ آن را ۰/۸۶٪ گزارش کردند. همچنین بذل (۱۳۸۳) و آلفای کرونباخ آن را ۰/۶۶٪ گزارش کرده است که در حد قابل قبولی می باشد

یافته ها

یافته های توصیفی مربوط به نمرات تنظیم هیجانی دانش آموزان در جدول ۱ آمده است. جدول ۱ میانگین، حداقل و حداکثر نمره کسب شده، انحراف استاندارد و ضرایب آلفای کرونباخ مولفه های تنظیم هیجان دانش آموزان عادی را نشان می دهد.

جدول ۱: میانگین و انحراف استاندارد مولفه های تنظیم هیجان دانش آموزان دو گروه

متغیرها	گروه	حداقل	حداکثر	میانگین	انحراف استاندارد
تنظیم هیجان تک والد		۳۶	۹۵	۸۱/۶۰	۱۱/۸۵
(کل)	عادی	۳۶	۱۱۶	۹۸/۳۱	۱۲/۷۵

^۱ Heppner & Peterson

۱/۶۷	۷/۶۴	۹	۵	تک والد	مقصر دانستن خود
۱/۴۲	۷/۸۴	۱۰	۷	عادی	
۱/۴۱	۷/۴۵	۸	۷	تک والد	مقصر دانستن
۱/۸۹	۹/۵۵	۱۱	۸	عادی	دیگران
۱/۹۵	۷/۸۳	۹	۶	تک والد	پذیرش رخداد
۱/۵۴	۹/۵۳	۱۱	۸	عادی	
۱/۷۴	۶/۷۳	۹	۵	تک والد	توجه مجدد
۱/۴۶	۹/۷۴	۱۱	۸	عادی	
۱/۶۳	۷/۹۵	۱۰	۵	تک والد	توجه مثبت
۱/۷۳	۸/۳۷	۱۰	۵	عادی	
۱/۸۳	۵/۵۸	۹	۴	تک والد	نشخوار فکری
۱/۳۵	۸/۸۳	۱۲	۶	عادی	
۱/۴۰	۵/۹۳	۸	۳	تک والد	باز ارزیابی مثبت
۱/۴۴	۸/۹۵	۱۳	۷	عادی	
۱/۶۷	۸/۶۴	۹	۶	تک والد	رسیدن به یک دور
۱/۴۲	۹/۸۴	۱۲	۸	عادی	نما
۱/۴۱	۶/۴۵	۸	۳	تک والد	مصیبت بار تلقی
۱/۸۹	۱۰/۷۳	۱۲	۹	عادی	کردن

یافته های توصیفی مربوط به نمرات شیوه های حل مسئله دانش آموزان در جدول ۲ آمده است. جدول ۲ میانگین، حداقل و حداکثر نمره کسب شده، انحراف استاندارد و ضرایب آلفای کرونباخ مولفه های شیوه های حل مساله دانش آموزان دو گروه را نشان می دهد.

جدول ۲: میانگین و انحراف استاندارد مولفه های تنظیم هیجان دانش آموزان دو گروه

متغیرها	گروه	حداقل	حداکثر	میانگین	انحراف استاندارد
احساس کفایت در	تک والد	۱۵	۳۲	۲۷/۹۸	۶/۲۵
حل مسئله	عادی	۱۱	۲۹	۲۱/۷۵	۸/۳۲
کنترل شخصی بر	تک والد	۱۶	۳۶	۳۱/۰۱	۲/۸۳
هیجان ها	عادی	۱۵	۳۲	۲۵/۸۰	۲/۳۷
اجتنابی	تک والد	۸	۲۲	۱۶/۳۳	۲/۷۵
	عادی	۹	۳۷	۲۷/۸۲	۳/۶۳

فرضیه اول: بین تنظیم هیجانی در دانش آموزان عادی با تک والدی تفاوت معنا داری وجود دارد.

جدول ۳ نتایج تحلیل واریانس چند متغیری در مقایسه تنظیم هیجانی و مولفه های آن در بین دو گروه را نشان می دهد. براساس نتایج جدول ۳ نمره های F مربوط به تنظیم هیجانی ($P < 0/001$ ، $F = 5/022$) در سطح ۰/۰۱ معنادار است. نتایج نشان داده که تفاوت در میانگین نمرات تنظیم هیجانی در بین دو گروه معنا دار است. نتایج آمار توصیفی نشان داده است که میانگین نمرات تنظیم هیجانی در دانش آموزان عادی از دانش آموزان تک والدی بالاتر است و این تفاوت معنادار است.

جدول ۳. تحلیل واریانس در مقایسه تنظیم هیجانی در بین دو گروه

متغیرها	مجموعه	درجه	میانگین	مقدار F	سطح معناداری
	مجذورات	آزادی	مجذورات		
تنظیم هیجان (کل)	۵۳۴۹/۷۱	۱ تا ۱۱۸	۲۱۶/۶۱	۵/۰۲۲	۰/۰۰۱
مقصر دانستن خود	۶۶۲۲/۰۱	۱ تا ۱۱۸	۲۴/۲۸	۲/۰۴۱	۰/۰۰۱
مقصر دانستن دیگران	۳۵۱۹/۹۰	۱ تا ۱۱۸	۲۴/۵۷۰	۲/۰۲۵	۰/۰۰۱
پذیرش رخداد	۹۴۸۷/۹۰	۱ تا ۱۱۸	۸۳/۹۴	۱/۰۶۲	۰/۰۰۱
توجه مجدد	۷۵۸۹/۳۵	۱ تا ۱۱۸	۴۳/۸۸	۲/۶۹۲	۰/۰۰۱
توجه مثبت	۳۵۵۳/۷۹	۱ تا ۱۱۸	۲۳/۸۴	۵/۶۴۶	۰/۰۰۱
نشخوار فکری	۴۶۳۷/۲۵	۱ تا ۱۱۸	۲۴/۹۷	۲/۴۹	۰/۰۰۱
باز ارزیابی مثبت	۴۴۵۴/۸۴	۱ تا ۱۱۸	۲۴/۰۷	۲/۳۰۴	۰/۰۰۱
رسیدن به یک دور نما	۲۳۵۷/۸۶	۱ تا ۱۱۸	۸۶/۳۶	۱/۴۶۲	۰/۰۰۱
مصیبت بار تلقی کردن	۸۳۰۰/۲۶	۱ تا ۱۱۸	۶۷/۹۴	۲/۹۵۰	۰/۰۰۱

فرضیه دوم: بین شیوه های حل مسئله در دانش آموزان عادی با تک والدی تفاوت معنا داری وجود دارد.

جدول ۴ نتایج تحلیل واریانس چند متغیری در مقایسه شیوه های حل مسئله در بین دو گروه را نشان می دهد. براساس نتایج جدول ۴ نمره های F مربوط به احساس کفایت در حل مسئله ($P < 0/001$ ، $F = 3/564$) در سطح ۰/۰۱ معنادار است. نتایج آمار توصیفی نشان داده است که میانگین نمرات احساس کفایت در حل مسئله در دانش آموزان عادی از دانش آموزان تک والدی بالاتر است و این تفاوت معنادار است. همچنین نمره های F مربوط به کنترل شخصی بر هیجان ها ($P < 0/001$ ، $F = 4/521$)

(۱۱۸ و ۱) در سطح ۰/۰۱ معنادار است. نتایج آمار توصیفی نشان داده است که میانگین نمرات کنترل شخصی بر هیجان ها در دانش آموزان عادی از دانش آموزان تک والدی بالاتر است و این تفاوت معنادار است و در انتها نمره های F مربوط به حل مسئله اجتنابی ($F = 3/325$ ، $P < 0/001$) (۱۱۸ و ۱) در سطح ۰/۰۱ معنادار است. نتایج آمار توصیفی نشان داده است که میانگین نمرات حل مسئله اجتنابی در دانش آموزان تک والدی از دانش آموزان عادی بالاتر است و این تفاوت معنادار است.

جدول ۴. تحلیل واریانس در مقایسه شیوه های حل مسئله در بین دو گروه

متغیرها	مجموع	درجه آزادی	میانگین	مقدار F	سطح معناداری
احساس کفایت در حل مسئله	مجدورات	۱ تا ۱۱۸	مجدورات	۳/۵۶۴	۰/۰۰۱
کنترل شخصی بر هیجان ها	۷۴۰۳/۳۱	۱۱۸ تا ۱	۱۲۰/۶۴۱	۴/۵۲۱	۰/۰۰۱
	۷۳۵۲/۱۱	۱۱۸ تا ۱	۱۵۴/۴۳		

بحث و نتیجه گیری

براساس یافته های پژوهش می توان نتیجه گرفت که میانگین نمرات تنظیم هیجانی در دانش آموزان عادی از دانش آموزان تک والدی بالاتر است و این تفاوت معنادار است. در تبیین یافته های پژوهش باید گفت دانش آموزان تک والد در تنظیم هیجان های منفی و مثبت خود و کاهش یا ثابت نگه داشتن آنها نسبت به گروه دانش آموزان دو والد کم تر هستند. تنظیم هیجان گروه دانش آموزان دوالد شامل تغییر در پاسخهای هیجانی است. این تغییر ممکن است در نوع هیجان دانش آموز، چگونگی تجربه هیجان و ابراز هیجان به وقوع بپیوندد. فرایند تنظیم هیجان ممکن است دانش آموزان را به حالت مطلوب خود نزدیک سازد.

در بررسی پژوهش های همسو با پژوهش فوق می توان به پژوهش پرزور (۱۳۹۴) مقایسه حساسیت بین فردی، تعادل عاطفی، تنظیم خلق منفی و ابرازگری هیجانی در دانش آموزان که با هدف مقایسه ی حساسیت بین فردی، تعادل عاطفی، تنظیم خلق منفی و بیانگری هیجانی در دانش آموزان با و بدون ناتوانی های یادگیری بود. روش این پژوهش از نوع علی-مقایسه ای است. نمونه این پژوهش شامل ۹۰ دانش آموز بود. ۴۵ دانش آموز با ناتوانی یادگیری به روش تصادفی ساده و ۴۵ دانش آموز عادی به شیوه همتاسازی انتخاب شدند. یافته های پژوهش حاضر حاکی از مشکلات دانش آموزان ناتوان در یادگیری در زمینه ی مهارت های بین فردی-ارتباطی و رشد عاطفی-هیجانی است. از آنجایی که عملکرد تحصیلی و مهارت های بین فردی و عاطفی دانش آموزان ممکن است به طور متقابل بر هم تأثیر بگذارند، لذا شناخت ویژگی های رفتاری، اجتماعی و هیجانی - عاطفی مبتلایان به ناتوانی های یادگیری از جمله گام های اساسی در فرآیند تشخیص و بازپروری این دانش آموزان است.

همچنین محمدی (۱۳۹۴) در پژوهش خود با عنوان اثربخشی آموزش گروهی هوش هیجانی بر بهزیستی ذهنی، خودکارآمدی هیجانی و تنظیم شناختی هیجان در دانش آموزان نشان داد که آموزش گروهی هوش هیجانی بر راهبردهای شناختی مثبت تنظیم هیجان تأثیر معنادار دارد. داده‌های این تحقیق، اثربخشی آموزش گروهی هوش هیجانی را بر خودکارآمدی هیجانی تایید نکرد. نتیجه این که یک دوره آموزش گروهی هوش هیجانی در بهبودی شاخص‌های بهزیستی ذهنی و راهبردهای تنظیم شناختی هیجان در دانش آموزان قربانی سوء رفتار هیجانی والدین نقش معناداری ایفا می‌کند.

محسنی نژاد (۱۳۹۵) در پژوهش خود با عنوان اثربخشی آموزش مهارت‌های تنظیم هیجانی بر سازگاری تحصیلی، عاطفی و اجتماعی دانش آموزان که با هدف بررسی اثر بخشی آموزش مهارت‌های تنظیم هیجانی بر سازگاری تحصیلی، عاطفی و اجتماعی دانش آموزان دارای اختلال یادگیری خاص اجرا شد. طرح پژوهش حاضر نیمه آزمایشی و از نوع پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل می‌باشد. ابزار مورد استفاده شامل پرسشنامه سازگاری سینه‌ها و سینگ و بسته آموزشی مهارت‌های تنظیم هیجانی می‌باشد. جامعه آماری پژوهش را دانش آموزان پایه‌های چهارم و پنجم دارای یادگیری خاص در شهرستان تبریز تشکیل می‌دادند نمونه مورد نظر از طریق روش نمونه‌گیری در دسترس، به تعداد ۴۰ نفر (۲۰ نفر گروه آزمایش و ۲۰ نفر گروه کنترل) انتخاب شد. بعد از ارائه بسته آزمایشی تنظیم هیجانی در ۸ جلسه نود دقیقه‌ای به دانش آموزان گروه آزمایش، پس‌آزمون به عمل آمد. نتایج حاصل از تحلیل کوواریانس نشان داد که بین گروه‌های آزمایش و کنترل در پس‌آزمون، تفاوت معنی‌داری وجود دارد؛ با توجه به یافته این پژوهش، می‌توان گفت، برنامه آموزش مهارت‌های تنظیم هیجانی، بر افزایش سازگاری تحصیلی، عاطفی و اجتماعی دانش آموزان دارای اختلال یادگیری خاص موثر است. استلزام‌های این مطالعه برای انجام پژوهش‌های آتی در قلمرو برنامه تنظیم هیجان و سازگاری دانش آموزان دارای اختلال یادگیری خاص مورد بحث قرار می‌گیرد.

براساس یافته‌های پژوهش می‌توان نتیجه گرفت که میانگین نمرات احساس کفایت در حل مسئله و کنترل شخصی بر هیجان‌ها در دانش آموزان عادی از دانش آموزان تک‌والدی بالاتر است و این تفاوت معنادار است. اما میانگین نمرات حل مسئله اجتنابی در دانش آموزان تک‌والدی از دانش آموزان عادی بالاتر است و این تفاوت معنادار است. در تبیین یافته‌های پژوهش باید گفت یک روش برای حل مساله در دانش آموزان دو‌والد کوشش و خطاست. کوشش و خطا عبارتست از امتحان کردن پاسخ‌های مختلف تا این که شاید یکی موثر واقع شود. گاهی این تنها کاری است که می‌توانید انجام دهید. در این مواقع برای به کار بردن روش منظم تر، اطلاعات کافی نداریم. ولی چنین روشی خیلی موثر نیست و تضمین نمی‌کند که عملاً راه مفید پیدا شود. روش کلی دیگر که کودکان دو‌والد برا حل کردن مسائل استفاده میکنند از مراحل پیاپی است این روش قواعدی برای نوع خاصی از مسئله است که اگر دنبال شود به راه حل منجر می‌شوند. روش الگوریتم یک روش گام به گام و منظم است اگر در حل مساله الگوریتم مناسب انتخاب و اجرا شود جواب مساله قطعی است. دانش آموزان تک‌والد بیشتر از روش‌های اجتنابی و غیر مساله‌مدارانه برای حل مشکلات استفاده کردند.

در بررسی پژوهش های همسو با پژوهش فوق می توان به پژوهش جعفرزاده (۱۳۹۱) مقایسه سبک های حل مسئله و باور های خودکارآمدی در دانش آموزان دوره دبیرستان مدارس نمونه و عادی که با هدف مقایسه سبک های حل مسئله و باورهای خودکارآمدی در دانش آموزان دوره دبیرستان مدارس نمونه و عادی شهر شبستر در سال تحصیلی ۱۳۹۰-۱۳۹۱ با استفاده از روش تحقیق توصیفی - پیمایشی انجام گرفت. جامعه آماری تحقیق شامل تمامی دانش آموزان دبیرستان های نمونه و عادی شبستر با تعداد ۳۸۳۹ نفر بود و حجم نمونه ۳۵۰ نفر با استفاده از روش نمونه گیری تصادفی طبقه ای انتخاب شد. برای گردآوری داده ها از پرسشنامه ی خودکارآمدی عمومی شرر و سبک های حل مسئله کسیدی و لانگ استفاده شد. داده ها بوسیله نرم افزار SPSS و با استفاده از آزمون t مستقل، آزمون یومن ویتنی و همبستگی اسپیرمن تجزیه و تحلیل شدند. یافته های پژوهش نشان داد خودکارآمدی در دانش آموزان دبیرستان های نمونه بالاتر از دانش آموزان عادی است. بین سبک های درماندگی در حل مسئله، مهارگری حل مسئله، سبک حل مسئله خلاقانه و سبک اجتناب دانش آموزان در دبیرستان های نمونه و عادی شهر شبستر تفاوت معنی داری وجود ندارد ولی بین سبک های اعتماد در حل مسئله و سبک گرایش دانش آموزان در دبیرستان های نمونه و عادی شهر شبستر تفاوت معنی داری وجود دارد. بین سبک های درماندگی در حل مسئله، مهارگری حل مسئله و اعتماد در حل مسئله با خودکارآمدی دانش آموزان در مدارس عادی رابطه معنی داری وجود ندارد ولی بین سبک های حل مسئله خلاقانه، سبک اجتناب و سبک گرایش با خودکارآمدی دانش آموزان در مدارس عادی رابطه معکوس و معنی داری وجود دارد. در دانش آموزان مدارس نمونه بین هیچ کدام از سبک های حل مسئله با خودکارآمدی رابطه معنی دار وجود ندارد.

مرادی (۱۳۹۳) مقایسه اثربخشی آموزش خودتنظیمی هیجانی و آموزش حل مسئله اجتماعی بر مهارت های اجتماعی و سازگاری تحصیلی دانش آموزان دختر مقطع راهنمایی شهر ارومیه که با هدف مقایسه تاثیر آموزش خود تنظیمی هیجانی و آموزش حل مساله اجتماعی بر بهبود مهارت های اجتماعی و سازگاری تحصیلی دانش آموزان دخترمقطع راهنمایی شهر ارومیه انجام شد. روش پژوهش، از نوع شبه تجربی است و از طرح پیش آزمون پس آزمون و گروه کنترل استفاده شد. برای سنجش مهارت اجتماعی از آزمون مهارت های اجتماعی ماتسون (۱۹۸۳) و سازگاری از زیر مقیاس سازگاری تحصیلی کالیفرنیا (تراپ و همکاران ۱۹۵۳) استفاده گردید. شرکت کنندگان، پژوهش ۳۳ نفر از دانش آموزان دختر سال سوم راهنمایی شهر ارومیه بودند. روش نمونه گیری تصادفی ساده بود و افراد به صورت تصادفی در گروه های آزمایش و گواه گمارده شدند برنامه آموزش خود تنظیمی به مدت ۷ جلسه، و آموزش حل مسئله ۵ در جلسه هر جلسه به مدت ۶۰ دقیقه و سه بار در هفته برای گروه های آزمایشی اجرا شد. گروه کنترل آموزشی دریافت نکرد. تجزیه و تحلیل داده ها توسط نرم افزار SPSS و آزمون تحلیل کواریانس یک راهه و کواریانس چند راهه انجام شد. نتایج این پژوهش نشان داد که آموزش خود تنظیمی هیجانی بر مهارت های اجتماعی ($F=0.5/0, P>0.05$) و بر سازگاری تحصیلی دانش آموزان ($F=0.97/0, P>0.05$) تاثیر

معناداری ندارد. اما آموزش حل مساله هم بر مهارت های اجتماعی ($F=0.5/0.81$) هم بر سازگاری تحصیلی ($F=0.5/0.136$, $p<0.05$) در سطح 0.05 معنی دار است و مهارت اجتماعی و سازگاری تحصیلی دانش آموزان دختر مقطع راهنمایی موثر است. بر این اساس می توان نتیجه گرفت. آموزش حل مساله می تواند بر بهبود مهارت اجتماعی و سازگاری تحصیلی دانش آموزان بینجامد.

منابع

- ریاحی، م. الف،، علیوردی نیا، الف، و بنی اسدی، م. ر. (۱۳۸۸). بررسی اثرات دینداری و جهت گیری دینی بر سازگاری اجتماعی دانشجویان دانشگاه مازندران. **مجله علوم اجتماعی دانشکده ادبیات و علوم انسانی دانشگاه فردوسی مشهد**، ۱، ۵۱-۹۰.
- رئیزی، حمید (۱۳۸۳). **بررسی اثر بخشی آموزش سبک زندگی بر سازگاری اجتماعی بیماران مبتلا به فشار خون شهر اصفهان**. پایان نامه کارشناسی ارشد مشاوره دانشگاه اصفهان.
- سامانی، س. و همکاران. (۱۳۸۵). سازگاری اجتماعی، معنای زندگی و رضایت از زندگی. **مجله روانپزشکی و روان شناسی بالینی**، ۱۳(۳)، ۲۹۰-۲۹۵.
- سلیگمن، مارتین (۲۰۰۶)، معنای زندگی: روانشناسی مثبت گرا در خدمت جامعه پایدار. ترجمه تبریزی، مهدی، کریمی، رضا و نیلوفری، علی (۱۳۸۹). تهران: دانژه.
- شکری، الف، کدیور، پ.، دانشورپور، ز. (۱۳۸۶). تفاوت های جنسیتی در بهزیستی روانشناختی و سازگاری اجتماعی. **مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران**، ۱۳(۳)، ۲۸۰-۲۸۹.
- شمس، ث. (۱۳۸۳). اثر بخشی روش های القای خلق، در افزایش میزان تنظیم شناختی هیجان دانش آموزان دوره متوسطه شهر اصفهان. پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی. دانشگاه اصفهان
- عبداللهی، ف و محمد پور، ع. (۱۳۸۵). **بررسی تنظیم شناختی هیجانی سالمندان مقیم در منزل و سرای سالمندان در شهرستان ساری در سال ۱۳۸۴**. دومین کنگره سراسری آسیب شناسی خانواده در ایران، دانشگاه شهید بهشتی، پژوهشکده خانواده.
- بیگی، محمد علی؛ بختیاری، مریم؛ محمدخانی، شهرام؛ صادقی، زهره. (۱۳۹۳). بررسی رابطه بین طرحواره های ناکار آمد اولیه با اهمال کاری و سلامت روان دانشجویان پزشکی و غیر پزشکی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، **مجله دانشگاه علوم پزشکی مازندران**، ۲۲، ۱۸-۲۴.
- تمنایی، محمدرضا؛ لیث حکیمه، منصوری، اعظم نیک. (۱۳۹۲). رابطه حمایت اجتماعی ادراک شده با خودکارآمدی در دانش آموزان، **مجله روانشناسی اجتماعی**، ۲۸-۲۴-۳۲.
- حیدری علیرضا، احتشام پروین، حلاجانی فاطمه (۱۳۹۰) رابطه تنظیم هیجانی، فراشناخت و خوش بینی با اضطراب امتحان دانشجویان، **مجله یافته های نو در روانشناسی**، ۱۵، ۱۲-۲۹.

- حیدرآبادی ابوالقاسم، شاهون وند بهروز، یعقوبی دوست، (۱۳۹۴)، بررسی رابطه بین حمایت اجتماعی ادراک شده با خشونت خانگی والدین علیه فرزندان، *مطالعات علوم اجتماعی ایران*، ۳۹، ۳۴-۳۹.
- حیدری علیرضا و اقبال فرشته (۱۳۹۱)، رابطه دشواری در تنظیم هیجانی، سبک های دلبستگی و صمیمیت با رضایت زناشوی در زوجین، *مجله یافته های نو در روانشناسی*، ۱۸، ۲۹-۳۶.
- معمدی سید هادی، حسین حاج بابایی، بیگلریان اکبر، فلاح سلوکلائی منیژه (۱۳۸۹) تأثیر آموزش مهارت حل مسئله بر افزایش کفایت اجتماعی نوجوانان دختر، *فصلنامه پژوهش اجتماعی*، ۱۴، ۲۷-۳۳.
- علی پور، احمد و آگاه هریس، مژگان (۱۳۸۷). اعتبار و روایی پرسشنامه تنظیم هیجان در ایرانیها. *فصلنامه اندیشه و رفتار*، شماره ۲، دوره ۱.
- خدابخشی، آناهیتا (۱۳۹۳). مفایسه طرحواره های شناختی ناسازگار، باورهای غیرمنطقی و مهارتهای ارتباطی. *فصلنامه روان پرستاری*. ۱۲-۱. ۱.
- خدامرادی، صادق (۱۳۹۲). *تاریخچه و مکاتب روان شناسی*. نشر راه.
- خدامرادی، صادق (۱۳۹۲). *آسیب شناسی روانی*. نشر مشاوران صعود ماهان.
- شهامت، فاطمه؛ ثابتی، علیرضا؛ رضوانی، سمانه (۱۳۸۹). بررسی رابطه سبک های فرزندپروری و طرحواره های ناسازگار اولیه. *مطالعات تربیتی و روانشناسی*، ۱۱. (۲)، ۲۳۹-۲۵۴.
- موسوی اصل، سیدعلی (۱۳۹۳). اثربخشی طرحواره درمانی در کاهش شدت فعالیت طرحواره های ناسازگار اولیه جانبازان مرد مبتلا به اختلال استرس پس از ضربه. *فصلنامه ارمغان دانش*. ۸۴، ۸۹-۱۰۰.

Barrick MR, Stewart GL, Neubert MJ, Mount MK. Relating member ability and personality to work-team processes and team effectiveness. *Journal of Applied Psychology; Journal of Applied Psychology*. ۱۹۹۸; ۸۳(۳): ۳۷۷.

Bagarozzi, D.A. (۲۰۰۱). *Enhancing Intimacy in Marriage: A Clinician's Handbook*. Brunner-Routledge.

Baumeister, R. F., Campell, J. D., Krueger, J. I., & Vohs, K. D. (۲۰۰۳). Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles? *Psychol. Sci. Public Interest*, ۴, ۱-۲۴.

Bongers, I. L., Koot, H. M., van der Ende, J., & Verhulst, F. C. (۲۰۰۳). The normative development of child and adolescent problem behavior. *Journal of Abnormal Psychology*, ۱۱۲(۲), ۱۷۹-۱۹۲.

Bowden, M. & Verennikina, I. (۲۰۰۸). Positive Factors that Build, Enhance and Maintain Resilience in Adolescents, University of Wollongong, pp ۱-۷.

- Bray, C.T. (۱۹۷۷). Intimacy, attachment style and shame in married couples. PHD thesis: Marshal University.
- Brown, B.B. (۲۰۰۴). Adolescents' relationships with peers. In Handbook of Adolescent Psychology (۲nd end) (Lerner, R.M. and Steinberg, L., eds), pp: ۳۶۳-۳۹۴, John Wiley & Sons.
- Brown, M.N., & Amatea, E.S. (۲۰۰۰). Love and intimate relationship. London: Brunner Mazzel Press.
- Bruwer, B., Emsley, R., Kidd, M., Lochner, C., & Seedat, S. (۲۰۰۸). Psychometric properties of the Multidimensional Scale of Perceived Social Support in youth. Comprehensive Psychiatry; ۴۹: ۱۹۵-۲۰۱.
- Caspers, K.M., Cadoret, R.J., Langbehn, D., Yucuis, R., & Troutman, B. (۲۰۰۵). Contributions of attachment style and perceived social support to lifetime use of illicit substances. Addictive Behavior, ۳۰, ۱۰۰۷-۱۱.
- Chen, A. (۲۰۰۴). Goals, interests, and learning in physical education. The Journal Of Educational Research. Vol ۹۷ (no ۶).
- Cheng, S.T., & Chan, A.C.M. (۲۰۰۴). The multidimensional scale of perceived social support: dimensionality and age and gender differences in adolescents, Department of Applied Social Studies, City University of Hong Kong, Personality and Individual Differences.
- Clara, I.P., Cox, B.J., Enns, M.W., Murray, L.T., & Torgruudic, L.J. (۲۰۰۳). Confirmatory factor analysis of the multidimensional scale of perceived social support in clinically distressed and student sample. Journal of Personality Assessment; ۸۱ (۳): ۲۶۵-۷۰.
- Edalati, A., & Redzuan. M. (۲۰۱۰). Perception of women towards family values and their maritalz satisfaction. Journal of American science, ۶ (۴), ۱۳۲-۱۳۷.
- Edwards, L.M, (۲۰۰۴). Measuring Perceived Social Support in Mexican American Youth: Psychometric.
- Friedlander Laura, J., Reid Graham, J., Shupak, N., & Cribbie, R. (۲۰۰۷). Social support, self-esteem, and stress as predictors of Adjustment to university among first-year undergraduates. Journal of College Student Development; ۴۸(۳): ۲۵۹-۷۴.
- Froman, L. (۲۰۰۹). Positive psychology in the work place. Journal on Pshchology Department, ۲, pp ۱۶۹-۱۸۵.

- Gallagher, S. (۲۰۰۰). Philosophical conceptions of the self: implications for cognitive science. *Trends Cognition. Science*, ۴, ۱۴-۲۱.
- Gianotten, W. (۲۰۰۸). How cancer and treatment emotionally disturb sexual intimacy and relationship? *Journal of Sexologies*, ۱۷, p ۲۰.
- Goldenberg, I., Goldenberg, H. (۲۰۰۰). *Family therapy and over view*. Books/ cole, Thomson learning, Canada.
- Gülaçt, F. (۲۰۱۰). The effect of perceived social support on subjective well-being. *Procedia Social and Behavioral Sciences*; ۲:۳۸۴۴-۴۹.
- Harter, S., & Whitesell, N. R. (۲۰۰۳). Beyond the debate: Why some adolescents report stable self-worth over time and situations, whereas other report changes in self-worth. *Journal of Personality*, ۷۱(۶), ۱۰۲۷-۱۰۵۸.
- Heller, P.E., Wood, B. (۱۹۹۸). The process of intimacy. *Journal of Marital And Family Therapy*, ۲۴, p ۲۷۳.
- Henline, B.H. (۲۰۰۶). *Technology use and intimacy development in committed relationship*. PHD thesis, Texas Teach University.
- hespos, S.J., & Rochat, P. (۱۹۹۷). Dynamic mental representation in infancy. *Cognition* ۶۴, ۱۵۳-۱۸۸.
- Holt, M.L., Devlin, J.M., Flamez, B, & Eckstein, D. (۲۰۰۹). Using the holt relationship intimacy questionnaire (HRIQ): What intimacy means to you and your partner. *Journal Of The Family*, ۲, pp ۱۴۶-۱۵۰.
- Johnson, S.M., Denton, W. (۲۰۰۲). *Clinical hand book of couple therapy*. New York: Guilford.
- Johnson, S.M., Makinen, J.A. & Millikin, J.W. (۲۰۰۱). Attachment injuries in couple relationships. *Journal Of Marital And Family Therapy*, ۲۷, pp ۱۴۵-۱۵۵.
- Johnson, S.M., Whifen, V.E. (۲۰۰۳). *Attachment process in couple therapy*. The Gulford Press. New York, London.
- Kernis, M.H., Paradies, A.W., Whitaker, D.J., Wheatman, S.R., & Goldman, B.N. (۲۰۰۰). Master of one's psychological domain? Not likely if one's self-esteem is unstable. *Personality and Social Psychology Bulletin*, ۲۶, ۱۲۹۷-۳۰۵.
- Lowe, S.N., Rogers. (۲۰۰۹). Issues of intimacy and sexual dysfunction following major head and neck cancer treatment. *Journal of Oral Oncology*, Vol, ۴۵, Issue ۱۰, pp ۸۹۸-۹۰۳.

- Lowe, S.N., Rogers. (۲۰۰۹). Issues of intimacy and sexual dysfunction following major head and neck cancer treatment. *Journal of Oral Oncology*, Vol, ۴۰, Issue ۱۰, pp ۸۹۸-۹۰۳.
- Margain, S.A., & Gordova, J.V. (۲۰۰۷). Emotion skills and marital health: The association between observed and self-reported emotion skills, intimacy and marital satisfaction. *Journal of Social And Clinical Psychology*, ۲۶, ۹۸۳-۱۰۰۹.
- McKinley, C.J., Luo, Y., & Wright, P. (۲۰۱۴). Re-assessing the nature and prevalence of mental health resources on college counseling center websites: An over-time and cross-country comparison. Paper to be presented at the annual conference of the International Communication Association, Seattle, WA.
- Millikin, J.W. (۲۰۰۰). Resolving attachment injuries in couples using emotionally focused therapy: A process study. *Marriages and families*. Unpublished doctoral dissertation. Virginia Polytechnic institute and state university, Virginia.
- Osilla, K.C., Kimberly, A., Hepner, R.F., Muñoz, S.W., & Katherine, W. (۲۰۰۹). Developing an integrated treatment for substance use and depression using cognitive-behavioral therapy. *Journal of Substance Abuse Treatment*, Volume ۳۷, Issue ۴, Pages ۴۱۲-۴۲۰.
- Otto, M.W.R., Kathryn, M., Naomi, M., Simon, F.J., Farach, John.J., & Worthington, Mark, H.P. (۲۰۱۰). Efficacy cognitive – behavioral therapy for less of panic disorder in addicts. *Behaviour Research and Therapy*, Volume ۴۸, Issue ۸, August ۲۰۱۰, Pages ۷۲۰-۷۲۷.
- Pajares, F., & Miller, D. M. (۱۹۹۴). Role of self-efficacy and self-concept belief in mathematical problem solving. *Journal of Educational Psychological*, Vol. ۸۶, No, ۲, ۱۹۳-۲۰۳.
- Pajer, D. (۲۰۰۶). Intimacy and female friendship: The role of attachment style, interpersonal trust and negative mood regulation. M.S. dissertation California State University.
- Pielage, S., Luteinjin, F. & Arrindell, W. (۲۰۰۵). Adult attachment, intimacy and psychological distress in a clinical and community sampel. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, ۱۲, ۴۵۵- ۴۶۴.
- Prachakul, W., Grant, J.S., & Keltner, N.L. (۲۰۰۷). Relationships Among Functional Social Support, HIV-Related Stigma, Social Problem Solving, and Depressive Symptoms in People Living With HIV: A Pilot Study. *Journal of the Association of Nurses in AIDS Care*, ۱۸: ۶۷-۷۶.
- Rochat, P. (۲۰۰۳). Five levels of self-awareness as they unfold early in life.

Consciousness. *Cognition*, ۱۲, ۷۱۷-۷۳۱.

Sarason, I.G., Pierce, G.R., & Sarason, B.R. (۱۹۹۰). Social support and interactional processes: a triadic hypothesis. *Journal of Social and Personal Relationships*, ۷, ۴۶۵-۵۰۶.

Sebastian, C., Burnett, S., & Blakemore, S. (۲۰۰۸). Development of the self-concept during adolescence. *Review Journal*.

Sharp, S.A. (۲۰۰۰). *The ways we love*. The Culfor Press, New York, London.

Tajalli, P., Sobhi, A., & Ganbaripannah, A. (۲۰۱۰). The relationship between daily hassles and social support on mental health of university students. *Procedia Social and Behavioral Sciences*; ۵: ۹۹-۱۰۳.

Waterfield, E.A. (۲۰۱۰). *Social Resiliency Factors and Abstinence from Substance Abuse in Lucas County, Ohio Adolescents*, Submitted to the Graduate Faculty as partial fulfillment of the requirements for the Doctor of Philosophy Degree in Counselor Education, pp ۳-۱۴.