

بررسی مقایسه اثر بخشی آموزش راهبردهای حل مسئله و مهارت‌های تفکر انتقادی بر نگرش جوانان به رفتار سیگار کشیدن در شهر یزد

ریان رجبی، محمود کمالی زارچ، مجید صفاری نیا

۱- کارشناس ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه پیام نور تهران جنوب

۲- دکتری روانشناسی تربیتی، عضو هیات علمی دانشگاه پیام نور تفت

۳- دکتری روانشناسی اجتماعی، عضو هیات علمی دانشگاه پیام نور تهران جنوب

Rayyan.rajabi@yahoo.com

چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های حل مسئله و تفکر انتقادی بر نگرش جوانان به رفتار سیگار کشیدن، صورت گرفته است. نمونه آماری پژوهش را ۴۵ نفر از مردان ۲۰-۳۵ ساله‌ی شهر یزد تشکیل دادند که به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای و گمارش تصادفی انتخاب شدند و داده‌های مورد نیاز با استفاده از پرسشنامه نگرش به سیگار کشیدن شور و تاشچین و آدامز، جمع‌آوری شدند. برای تحلیل داده‌ها از آمار توصیفی و استنباطی و بهره‌گیری از جدول دو بعدی و نمودارها، و تحلیل کواریانس استفاده شد و نتایج زیر پس از تحلیل به دست آمد: در متغیر نگرش به رفتار سیگار کشیدن، بین دو گروه آموزش حل مساله و گروه کنترل و همچنین در بین دو گروه آموزش تفکر انتقادی و گروه کنترل، تفاوت معناداری وجود دارد. با در نظر گرفتن سابقه مصرف سیگار، در متغیر نگرش جوانان به رفتار سیگار کشیدن در بین دو گروه آموزش حل مساله و گروه کنترل و همچنین در بین دو گروه آموزش تفکر انتقادی و گروه کنترل، تفاوت معناداری وجود دارد. به علاوه، با در نظر گرفتن سابقه مصرف مواد دخانی، در متغیر نگرش جوانان به رفتار سیگار کشیدن بین گروه آموزش حل مساله و گروه کنترل و همچنین در بین دو گروه آموزش تفکر انتقادی و گروه کنترل، تفاوت معناداری وجود دارد. در آخر، در بین دو گروه آموزش حل مساله و آموزش تفکر انتقادی نیز در متغیر نگرش به رفتار سیگار کشیدن تفاوت معناداری وجود دارد. بنابراین می‌توان بیان داشت که آموزش مهارت‌های حل مساله و تفکر انتقادی سبب کاهش نگرش مثبت جوانان به رفتار سیگار کشیدن خواهد شد.

کلمات کلیدی: نگرش به رفتار سیگار کشیدن، مهارت حل مساله، مهارت تفکر انتقادی

۱- مقدمه :

امروزه برای کاهش مصرف دخانیات برنامه‌های گوناگونی بر پایه تغییر رفتار در افراد سیگاری ارائه شده است. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که بین رفتار و نگرش‌ها همبستگی وجود دارد. به بیان دیگر بیشتر نگرش‌ها نوعی پیشایندهای رفتار در نظر گرفته می‌شوند. از این رو، این باور که برای تغییر یک رفتار مانند سیگار کشیدن، درک بنیادین نگرش‌های مربوط به رفتار مصرف سیگار ضروری است، مورد توجه قرار گرفته است. نظریه رفتار برنامه‌ریزی شده (آزجن و فیش باین، ۱۹۸۰^۱؛ آزجن، ۱۹۹۱) رفتار را تابع نیت شخص و متأثر از نگرش‌های شخصی و هنجارهای اجتماعی می‌دانند. درک نگرش‌های اجتماعی نسبت به مصرف سیگار این توانایی را در برنامه‌ریزان

^۱ -Azjen, R., & Fishbein, M

ایجاد می‌کند که آنها واکنش‌های عمومی مطرح شده برای وضع قانون و عرف عمومی سیگار کشیدن را بهتر درک نمایند. پدرسون ولفکو (۱۹۸۵) در بررسی سیگار کشیدن در دوره نوجوانی دریافتند که افراد سیگاری نسبت به تأثیر زیان بار سیگار کشیدن نگرش‌های مثبت خود را حفظ کرده‌اند. چن^۱ (۱۹۸۸) دریافت که نگرش‌های مثبت نسبت به سیگار کشیدن تعیین‌کننده اصلی در میل به آن در بین نوجوانان است. الیس^۲ (۱۹۷۹) معتقد است تفکر و نوع نگرش افراد معتاد است که آن‌ها را به سوی مصرف مجدد سوق می‌دهد و یا آن‌ها را برای همیشه از مصرف دور می‌سازد، که این نشانه اهمیت نقش نگرش افراد در مصرف مواد است. از سویی مهارت حل مسئله نیز یکی از فرایندهای شناختی و رفتاری است که در آن فرد می‌کوشد موقعیت‌های مشکل‌آفرینی که در زندگی با آن روبه‌رو می‌شود با راه‌حل‌های مناسب و سازگارانه حل و فصل کند (نزو و دروزیلا، ۲۰۰۵). حل مسئله مهارتی است که موجب افزایش حرمت خود و سازگاری فرد می‌شود و شامل ۵ مرحله ادراک و فهم خود، تعریف مسئله، تهیه فهرستی از راه‌حل‌های مختلف، تصمیم‌گیری در مورد مناسب‌ترین راه‌حل، و آزمایش هر کدام از راه‌حل‌ها است (نزو و دروزیلا، ۲۰۰۵). لذا آموزش این مهارت به افراد کمک می‌کند که علاوه بر حل مناسب و مفید مسائل مختلف، حرمت خود را نگه داشته و سازگاری خود را افزایش دهند.

یکی از روش‌های آموزش مهارت‌های حل مسئله استفاده از مدل دروزیلا و گلدفرید (۱۹۸۲) است. در این مدل حل مسئله اجتماعی را فرایند حل مسئله در محیط طبیعی و در دنیای واقعی، می‌داند. پایه‌گذاران این شیوه (دزوریلا و گالدفرید، ۱۹۷۱) طی مقاله‌ای، بر لزوم آموزش مهارت حل مسئله در برنامه آموزشی مهارت‌های فردی تأکید نمودند. آموزش حل مسئله را می‌توان فرآیند کمک به فرد برای رشد یادگیری او در نتیجه افزایش احتمال مقابله مؤثر در طیف وسیعی از موقعیت‌ها تعریف کرد. در واقع آموزش حل مسئله روشی است که بدین طریق فرد می‌آموزد تا از مجموعه مهارت‌های شناختی مؤثر خود برای کنار آمدن با موقعیت‌های بین فردی مشکل‌آفرین استفاده کند. رویکرد حل مسئله می‌تواند در حکم ابزاری برای مواجهه با بسیاری از مشکلات موقعیتی و حل آنها باشد. همچنین در راهبرد آموزش حل مسئله این باور وجود دارد که تحت تأثیر این آموزش میزان انتظار خودکارآمدی و کفایت شخصی افراد افزایش خواهد یافت (هاپنر و همکاران، ۲۰۰۶).

نتایج برخی پژوهش‌ها حاکی از آن است که آموزش به روش بحث گروهی منجر به کاهش میزان مصرف سیگار می‌گردد (اسدپور، غفرانی‌پور و حاجی‌زاده، ۱۳۸۰). همچنین آموزش مهارت‌های زندگی بر نوع دانش و نگرش نسبت به سیگار تأثیر دارد و منجر به کاهش مصرف سیگار می‌گردد (زولینگر و همکاران، ۲۰۰۳). برخی از پژوهش‌ها نیز نشان داده‌اند که آموزش مهارت‌های ابزار وجود و حل مساله، در پیشگیری و کاهش مصرف سیگار مؤثر است (دلاور و رشید، ۱۳۸۳). هرچند برخی از این پژوهش‌ها به بررسی تأثیر مهارت حل مساله بر کاهش مصرف سیگار پرداخته‌اند اما این پژوهش‌ها از یک‌سو نگرش افراد را مورد بررسی قرار نداده‌اند و از سوی دیگر بر روی دانش‌آموزان صورت گرفته است. لذا پژوهش حاضر درصدد بررسی تأثیر آموزش مهارت حل مساله بر گرایش جوانان به مصرف سیگار می‌باشد.

تحقیقات متعددی نشان می‌دهند که سیگار عامل مهمی در ایجاد سرطان‌ها است و زمینه را برای مبتلا شدن به بیماری‌های قلبی، عفونت‌های تنفسی، زخم معده و اثنی عشر و افسردگی آماده می‌کند و همچنین سلامت روانی افراد را نیز به خطر می‌اندازد. آثارها نشان می‌دهد که روزانه ۸ تا ۱۰۰ هزار نفر از نوجوانان در جهان کشیدن سیگار را شروع می‌کنند. در ایران نیز طی بررسی‌های به عمل آمده، دو سوم افراد سیگاری اولین سیگار خود را در سنین نوجوانی (۱۵ تا ۲۴ سال) تجربه کرده‌اند. اعتیاد به سیگار در سنین جوانی،

¹ Chen

² Ellis

زمینه استفاده از مواد مخدر را نیز فراهم می‌سازد. این مساله با توجه به دسترسی نسبتاً راحت به مواد مخدر (که در کشور ما بخشی از آن به لحاظ موقعیت جغرافیایی و قرار گرفتن در همسایگی بزرگترین کشورهای تولیدکننده مواد مخدر جهان است)، اهمیت بیشتری پیدا می‌کند (رفیعی‌فر، ۱۳۸۹؛ علیوردینیا، ریاحی، سلیمانی بشلی، ۱۳۸۸). اعتیاد به دخانیات همچنین با تأثیر بر جنبه‌های مختلف سلامت جسمانی، تبعات اجتماعی متعددی برای مصرف‌کنندگان و اطرافیان و انزوای اجتماعی افراد مصرف‌کننده را در پی دارد (لی موال و کوب، ۲۰۰۷؛ مک لیلان، چالک و بارتلت، ۲۰۰۷؛ به نقل از بهرامی، معاضدیان و حسین‌المدنی، ۱۳۹۱). با توجه به هزینه‌ها و آسیب‌های فردی اجتماعی و اقتصادی سوءمصرف مواد، لازم است از درمان‌های مقرون به صرفه‌تر و پیشگیری استفاده شود. در سال‌های اخیر رویکردها و فنون متفاوتی برای پیشگیری از اعتیاد به مواد مخدر و دخانیات و کاهش نگرش افراد نسبت به مصرف آنها مورد توجه قرار گرفته‌اند که یکی از مهم‌ترین آنها بررسی آموزش مهارت‌های زندگی و به ویژه مهارت حل مساله و مهارت تفکر انتقادی بر ترک سوء مصرف بوده است. از طریق آموزش این مهارت‌ها، فرد می‌تواند ضمن برقراری روابط سالم و دوستانه با همسالان و سایر افراد، خود را نیز در جمع مطرح کرده و نیاز به احترام را برآورده سازد. از آنجا که اکثر مراجعان معتاد به مراکز ترک اعتیاد نسبت به اثرات استفاده از مواد مخدر و تمایل به مصرف مواد مخدر نگرش مثبت داشته‌اند (جاجری، ۱۳۸۶)، لذا آموزش مهارت‌های حل مساله و تفکر انتقادی از آنجا که می‌تواند این نگرش را تحت تأثیر قرار دهد، در خور بررسی و ضروری به نظر می‌رسد.

۲- روش:

. با توجه به عدم امکان کنترل همه متغیرهای مداخله‌گر در مطالعات انسانی، از روش نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون- پس‌آزمون با گروه کنترل استفاده شد. ملاک‌های ورود آزمودنی‌ها در این تحقیق عبارتند از: (۱) سن بین ۲۰ تا ۳۵ سال (۲) جنس مذکر (۳) سیگاری بودن و (۴) سطح تحصیلات سیکل به بالا. ملاک‌های خروج عبارتند از: (۱) سوء مصرف همزمان مواد روان‌گردان (مواد مخدر و یا محرک صنعتی) (۲) سابقه‌ای از تشخیص اختلالات روانی و دریافت درمان‌های مرتبط و (۳) سابقه شرکت در برنامه‌های ترک سیگار یا مشارکت در برنامه‌های درمانی، پیشگیرانه یا نگهدارنده، قبل یا همزمان با اجرای طرح. جامعه‌ی آماری پژوهش حاضر را کلیه مردان ۲۰-۳۵ ساله‌ی شهر یزد تشکیل می‌دهند که بر اساس آمار ارائه شده از سرشماری نفوس و مسکن سال ۱۳۹۰ استان یزد (اداره آمار و اطلاعات معاونت برنامه‌ریزی استانداری، ۱۳۹۲)، تعداد آن‌ها برابر با ۵۷,۳۴۷ نفر می‌باشد. بر اساس این گزارش، ۱۷٪ از جامعه مذکور سیگار مصرف می‌کنند.

۲-۱- ابزار پژوهش:

پرسشنامه نگرش به سیگار کشیدن (شور و تاشچین و آدامز، ۲۰۰۰): این مقیاس یک ابزار اندازه‌گیری مربوط به نگرش‌های سیگار کشیدن در زمینه‌های مختلف (روابط با فرد سیگاری، محدودیت‌ها و قوانین سیگار کشیدن، و محیط بدون دود) است که دارای ۱۷ گویه بوده و نگرش‌های آزمودنی‌ها را نسبت به سیگار کشیدن بررسی می‌کند. آزمودنی‌ها پاسخ خود را به هر گویه در یک پیوستار پنج درجه‌ای (۱ = کاملاً مخالف تا ۵ = کاملاً موافق) رتبه‌بندی می‌کنند. همچنین، شماری از گویه‌ها به صورت معکوس نمره‌گذاری

می‌شوند، که پاسخ به این نوع پرسش‌ها بیانگر نگرش‌های منفی نسبت به سیگار کشیدن است. بدین ترتیب نمره این مقیاس می‌تواند بین ۱۷ تا ۸۵ در نوسان باشد، که نمره بالا نشان دهنده نگرش مثبت افراد به سیگار کشیدن است.

شور و همکاران (۲۰۰۰) روایی مقیاس را با روش تحلیل عامل بررسی کردند که نتایج پژوهش آنان وجود سه عامل معنادار (روابط با فرد سیگاری، محدودیت‌ها و قوانین سیگار کشیدن، و محیط بدون دود) را نشان داد. رجیبی (۱۳۸۵) نیز پایایی ابزار را با ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۳ به دست آورد. در پژوهش حاضر نیز برای بررسی پایایی ابزار از آلفای کرونباخ استفاده شد که برای عامل‌های روابط با فرد سیگاری، محدودیت‌ها و قوانین سیگار کشیدن، و محیط بدون دود به ترتیب ضرایب ۰/۸۸، ۰/۸۵ و ۰/۷۹ به دست آمد. برای بررسی روایی پرسشنامه نیز از روش تحلیل عامل تاییدی با چرخش واریماکس استفاده گردید که همان ۳ عامل معنادار بدست آمد و مجموع این سه عامل، ۵۴٪ واریانس نگرش به سیگار کشیدن را تبیین کردند.

۲-۲- شیوه اجرا:

پس از انتخاب و جایگزین کردن تصادفی آزمودنی‌ها در گروه‌های آزمایش و کنترل، به افراد در هر سه گروه پرسشنامه نگرش به رفتار سیگار کشیدن (به عنوان پیش آزمون) داده شد. بعد از اجرای پیش آزمون، آزمودنی‌های دو گروه آزمایش بر حسب قرعه و جداگانه در معرض متغیرهای مستقل (آموزش مهارت‌های حل مساله و آموزش مهارت‌های تفکر انتقادی) قرار گرفتند. (با توجه به ناقص بودن برخی پرسشنامه‌ها در مرحله پیش آزمون، تعداد نفرات گروه‌ها هر یک به ۱۵ نفر تقلیل یافت). به این ترتیب که به گروه آزمایشی ۱، آموزش مهارت حل مسئله و به گروه آزمایشی ۲ آموزش مهارت تفکر انتقادی ارائه شد. اما افراد گروه کنترل هیچ گونه ارتباطی با این نوع آموزش‌ها و یا آموزش‌های مشابه نداشتند. پس از پایان اجرای دوره‌های آموزشی در گروه‌های آزمایشی، مجدداً از آزمودنی‌های هر سه گروه پس آزمون (پرسشنامه نگرش به رفتار سیگار کشیدن) به عمل آمد.

۳- یافته‌ها :

۳-۱- آمار توصیفی:

در این بخش، اطلاعات دموگرافیک شرکت‌کنندگان به تفکیک سن، وضعیت تحصیلی، شرایط اقتصادی، وضعیت تاهل، سابقه استعمال سیگار، میزان مصرف سیگار، سابقه مصرف سایر مواد دخانی، میزان مصرف مواد، میزان مصرف سیگار در خانواده و میزان مصرف مواد در خانواده بررسی شده است که به این شرح می‌باشد :

۱ - دامنه سنی شرکت‌کنندگان پژوهش در بین ۲۰ تا ۳۵ سال قرار دارند که هر کدام از گروه‌های سه گانه آموزش حل مساله، آموزش تفکر انتقادی و گروه کنترل به تفکیک در هر دامنه سنی بین ۶-۴ شرکت‌کننده دارند و مجموعاً ۴۵ شرکت‌کننده را شامل می‌شود.

۲ - وضعیت تحصیلی شرکت‌کنندگان پژوهش در سه سطح دیپلم و پایین‌تر، کاردانی و کارشناسی و کارشناسی ارشد و دکتری قرار دارند که هر کدام از گروه‌های سه‌گانه به تفکیک در سطوح تحصیلی مختلف بین ۴-۶ شرکت‌کننده دارند و مجموعاً ۴۵ شرکت‌کننده را شامل می‌شود.

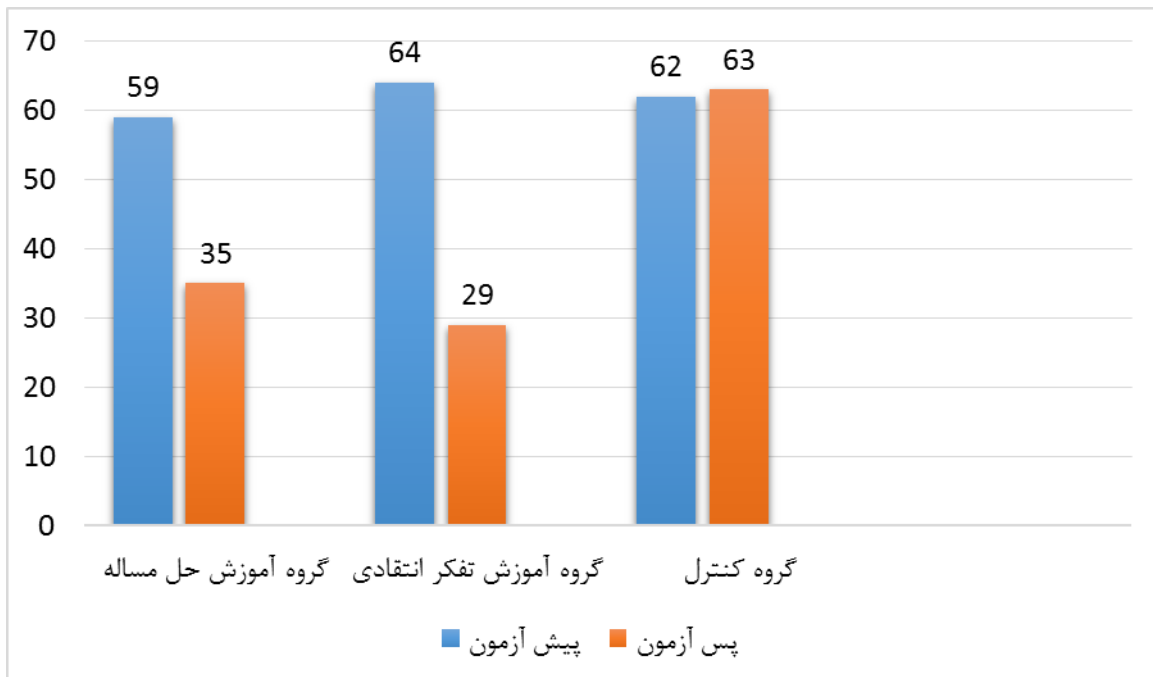
۳ - وضعیت اقتصادی شرکت‌کنندگان پژوهش در سه سطح پایین، متوسط و بالا قرار دارند که هر کدام از گروه‌های سه‌گانه بین حداقل ۴ و حداکثر ۷ نفر در هر سطح دارند که مجموعاً ۴۵ شرکت‌کننده را شامل می‌شود.

۴ - وضعیت تاهل شرکت‌کنندگان پژوهش در سه دسته مجرد، متأهل و مطلقه می‌باشد که هر کدام از گروه‌های سه‌گانه بین حداقل ۱ و حداکثر ۱۱ نفر در هر دسته دارند که مجموعاً ۴۵ شرکت‌کننده را شامل می‌شود. همچنین بیشترین تعداد شرکت‌کنندگان (۲۸ نفر) مجرد می‌باشند.

در ادامه، شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش به تفکیک گروه‌های آزمایشی و گروه گواه ارائه شده است. به منظور بررسی اطلاعات توصیفی، میانگین، انحراف معیار، حداقل و حداکثر نمرات آزمودنی‌ها در متغیر پس‌آزمون نگرش به رفتار سیگار کشیدن مورد بررسی قرار گرفت که نتایج حاصل در جدول ۱۰-۴ آورده شده است.

جدول شماره ۳-۱ اطلاعات توصیفی پس‌آزمون متغیر نگرش به رفتار سیگار کشیدن در گروه‌های پژوهش

گروه	آزمون	میانگین	انحراف معیار	نمره حداقل	نمره حداکثر
آموزش حل مساله	پیش‌آزمون	۵۹	۸/۵	۴۴	۷۹
	پس‌آزمون	۳۵	۸/۷	۲۲	۵۳
آموزش تفکر انتقادی	پیش‌آزمون	۶۴	۸/۴	۴۶	۸۳
	پس‌آزمون	۲۹	۸/۶	۱۷	۴۸
کنترل	پیش‌آزمون	۶۲	۸/۸	۳۹	۷۷
	پس‌آزمون	۶۳	۹/۲	۳۶	۷۸



نمودار ۱-۳ میانگین متغیر نگرش به رفتار سیگار کشیدن در گروه‌های پژوهش

همان گونه که نتایج جدول ۱-۳ و نمودار ۱-۳ نشان می‌دهد، در گروه آزمایشی یک، میانگین در پیش‌آزمون ۵۹ و در پس‌آزمون ۳۵ است. در گروه آزمایشی دو، میانگین در پیش‌آزمون ۶۴ و در پس‌آزمون ۲۹ است. در گروه کنترل نیز، میانگین در پیش‌آزمون ۶۲ و در پس‌آزمون ۶۳ است. همچنین در میان گروه‌های پژوهش، بیشترین میزان میانگین مربوط به پس‌آزمون متغیر نگرش به رفتار سیگار کشیدن گروه کنترل (۶۳) است که نشان‌دهنده نگرش مثبت به رفتار سیگار کشیدن است.

۲-۳- آمار استنباطی:

به منظور بررسی فرضیه پژوهش مبنی بر این که " بین آموزش مهارت حل مساله و مهارت تفکر انتقادی بر نگرش جوانان به رفتار سیگار کشیدن تفاوت معناداری وجود دارد"، از آزمون تی مستقل استفاده گردید. ابتدا مفروضه‌های آزمون تی بررسی شده و سپس نتایج تحلیل ارائه گردیده است. مفروضه‌های آزمون تی عبارت‌اند از نرمال بودن توزیع داده‌های متغیر وابسته و همگنی واریانس‌ها. جهت بررسی نرمال بودن متغیرهای پژوهش از آزمون کولموگروف-اسمیرنوف و آزمون شاپیرو ویلک استفاده شد. نتایج آزمون نرمال بودن متغیرهای پژوهش در گروه‌های آزمایشی و کنترل در جدول ۲-۳ آورده شده است.

جدول ۲-۳ نتایج آزمون کولموگروف-اسمیرنوف و شاپیروویلیک در گروه آموزش حل مساله و تفکر انتقادی

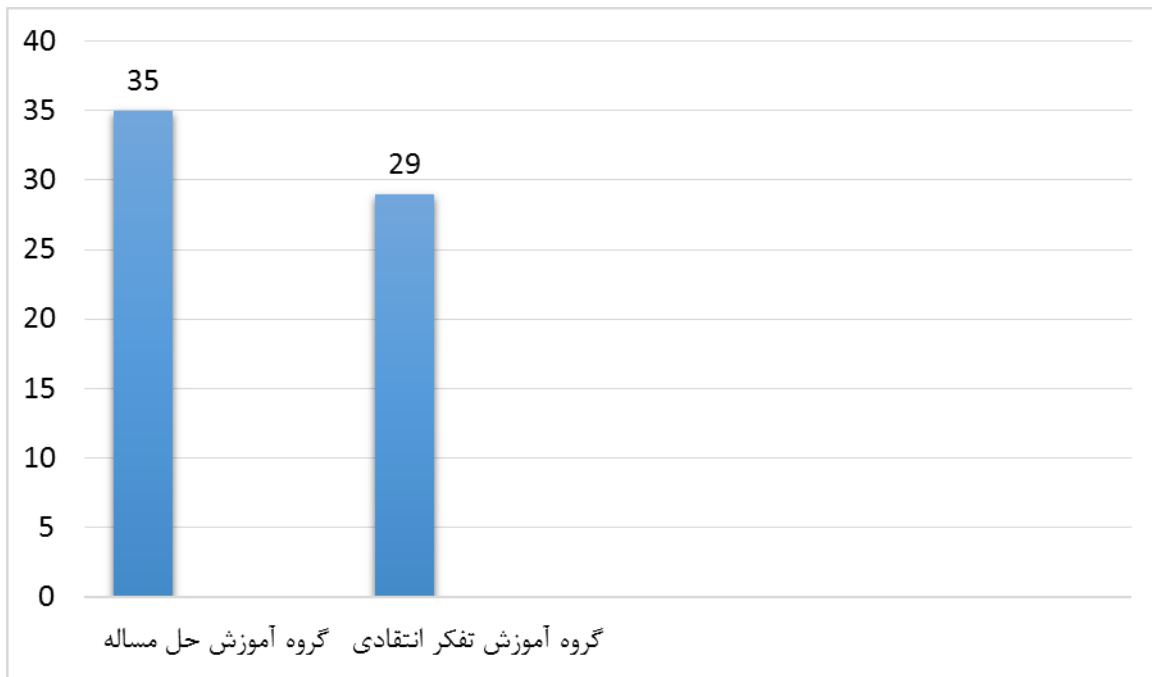
شاپیرو ویلیک		کولموگروف-اسمیرنوف		گروه	متغیر
سطح معناداری	آماره	سطح معناداری	آماره		
۰/۰۷	۰/۲۱	۰/۰۷	۰/۲۱	آموزش تفکر انتقادی	نگرش به رفتار
۰/۲۰	۰/۱۸	۰/۲۰	۰/۱۸	گروه کنترل	سیگار کشیدن

با توجه به نتایج حاصل از جدول بالا، سطح داری معناداری نگرش به رفتار سیگار کشیدن در هر دو آزمون و در هر دو گروه غیرمعنادار می‌باشد که این امر حاکی از نرمال بودن توزیع این متغیر در هر دو گروه است. جهت بررسی همگنی واریانس‌های متغیر پژوهش در گروه‌های مختلف از آزمون لوین، استفاده شد. نتایج این آزمون غیرمعنادار بوده ($P=0/86$ و $=0/03$ لوین) که این امر حاکی از همگنی واریانس نگرش به رفتار سیگار کشیدن در گروه‌ها است. با توجه به نتایج حاصل از بررسی مفروضه‌های آزمون تی مستقل و تایید این مفروضه‌ها، در نتیجه می‌توان از آزمون تی استفاده کرد. نتایج حاصل از تحلیل آزمون تی در جدول ۳-۳ ارائه شده است.

جدول شماره ۳-۳ نتایج آزمون تی مستقل جهت مقایسه میانگین پس‌آزمون نگرش به رفتار سیگار کشیدن در دو گروه آموزش حل مساله و

آموزش تفکر انتقادی

معناداری	درجه آزادی	ت مقدار	انحراف معیار	میانگین	گروه
۰/۰۳	۲۸	۲/۲	۸/۷	۳۵	آموزش حل مساله
			۸/۶	۲۹	آموزش تفکر انتقادی



نمودار ۲-۳ میانگین پس آزمون نگرش به رفتار سیگار کشیدن در دو گروه آموزش حل مساله و آموزش تفکر انتقادی

با توجه به نتایج حاصل از جدول ۳-۳ و نمودار ۲-۳، در بین دو گروه آموزش حل مساله و آموزش تفکر انتقادی در متغیر نگرش به رفتار سیگار کشیدن تفاوت معناداری وجود دارد ($t=2/2$ ، و $P=0/03$). بدین صورت که میانگین گروه آزمایش دو (۲۹) کمتر از گروه آزمایش یک (۳۵) است که این امر حاکی از آن است که نگرش به رفتار سیگار کشیدن در گروه آزمایش یک بیشتر است. به بیان دیگر می‌توان گفت که آموزش مهارت تفکر انتقادی بیشتر از آموزش مهارت حل مساله باعث کاهش نگرش مثبت به رفتار سیگار کشیدن شده است.

۴- بحث و نتیجه گیری :

نتایج پژوهش و تحلیل داده‌ها نشان داد که آموزش مهارت تفکر انتقادی بیشتر از آموزش مهارت حل مساله باعث کاهش نگرش مثبت به رفتار سیگار کشیدن شده است. در واقع، هرچند هم افراد دارای تفکر انتقادی و هم افراد برخوردار از مهارت حل مساله در مقایسه با افرادی که از این مهارت برخوردار نیستند دارای نگرش مثبت کمتری نسبت به سیگار کشیدن بودند اما نگرش افراد آموزش دیده در گروه تفکر انتقادی دارای نگرش مثبت کمتری بودند. از آنجا که یافته‌های مشابهی با این نتیجه یافت نشد، نگاهی به ماهیت این دوسازه می‌تواند کارگشا باشد.

افرادی که از مهارت حل مساله برخوردارند در حل مسائل اقدام به تعریف و فرمول‌بندی مسئله، ایجاد راه‌حل‌های انتخابی، تصمیم‌گیری و در نهایت اجرای راه‌حل‌ها می‌کند. به عبارت دیگر، وقتی فرد با یک مسئله مواجه می‌شود، به دقت و به طور منظم حقایق و

اطلاعات را به هم می‌پیوندد، تقاضاها و موانع را تعریف می‌کند، اهداف حل مسئله را تنظیم می‌کند، تنوعی از راه‌حل‌های احتمالی مختلف را ایجاد می‌کند، توالی‌های احتمالی را بررسی می‌کند، راه‌حل‌های احتمالی را با مقایسه کرده و در مورد آن‌ها قضاوت می‌کند و سپس در حالی که به دقت نتایج را بررسی و ارزیابی می‌کند یک راه حل را انتخاب و اجرا می‌کند. اما افراد برخوردار از تفکر انتقادی علاوه بر اینکه اهداف کلی، عینی و آرمانی خود را که در عین حال واضح، مستدل و بی‌طرفانه هستند، صورت‌بندی می‌کنند و دست به اقدام می‌زنند، همچنین این افراد با باورهای عامیانه می‌ستیزند و به راحتی تحت تاثیر قرار نمی‌گیرند. لذا مهارت تفکر انتقادی علاوه بر اینکه فرد را در حل مسائل یاری و راهنمایی می‌نماید، یک سطح بالاتر رفته و به مقابله با تفکرات ناصحیح می‌پردازد. بنابراین قابل قبول به نظر می‌رسد که آموزش مهارت تفکر انتقادی بیشتر از آموزش مهارت حل مساله باعث کاهش نگرش مثبت به رفتار سیگار کشیدن گردد. آموزش مهارت‌های حل مسئله و تفکر انتقادی باعث کاهش نگرش جوانان به رفتار سیگار کشیدن شده است. در واقع نتایج پژوهش نشان دادند که جوانانی که در زمینه مهارت‌های زندگی و به ویژه مهارت‌هایی که با تفکر، نقد و حل مسائل روزانه سروکار دارند آموزش می‌بینند، در برخورد با این شرایط و حل آنها، توانایی بیشتری کسب نموده و موفق‌تر عمل می‌نمایند. در واقع می‌توان بیان داشت که آموزش مهارت‌های حل مسئله و تفکر انتقادی با آموزش و تقویت تحلیل استدلال‌ها، قضاوت مبتنی بر شواهد عینی، ارزیابی دقیق شرایط و ابعاد مختلف مساله و جرئت ابراز وجود توانسته به افراد کمک نماید که با تغییر باورهای خویش، نگرش خود نسبت به سیگار کشیدن را تغییر دهند و یا منفی کنند. نتایج پژوهش همچنین حاکی از آن بود که آموزش این مهارت‌ها با در نظر گرفتن سابقه مصرف سیگار و مواد دخانی توانسته نگرش جوانان به رفتار سیگار کشیدن را کاهش دهد. در واقع حتی افرادی که سابقه مصرف سیگار و مواد دخانی داشته‌اند با آموزش صحیح و به ویژه آموزش تفکر انتقادی و حل مساله، توانسته‌اند نگرش خویش نسبت به سیگار را تغییر دهند. بنابراین می‌توان بیان داشت با آموزش این مهارت‌ها به جوانان علاوه بر اینکه نگرش آنان به رفتار سیگار کشیدن را کاهش و یا منفی کند، می‌تواند آنان را در برخورد با این شرایط در آینده تا حدودی ایمن کند. نتایج حاصل از این پژوهش می‌تواند توسط سازمان‌ها و متولیان بهداشت روان جامعه جهت آموزش‌های اصولی و علمی به جوانان در معرض مصرف سیگار و پیشگیری از آن و یا جوانان سیگاری، برنامه‌ریزی در زمینه سلامت جوانان و تحکیم جایگاه و نقش خانواده‌ها در این موضوع مورد استفاده قرار گیرد. همچنین از نتایج حاصل از این پژوهش می‌توان در مؤسسات مختلف آموزشی و درمانی همچون گروه‌های روان-شناسی، مشاوره، مراکز بهزیستی، دادگاه‌های خانواده، دوره‌های آموزش خانواده، در دانشگاه‌ها، مربیان آموزشی، سازمان ملی جوانان، مراکز مشاوره دولتی و خصوصی استفاده نمود و در پایان باید از تمامی اساتید و افرادی که در این پژوهش ما را یاری رساندند قدردانی کرده و کمال تشکر را داریم.

منابع و ماخذ

- اسدپور، محمد، غفرانی، فضل‌الله، حاجی‌زاده، سهراب. (۱۳۸۰). بررسی تاثیر آموزش به روش بحث گروهی بر میزان مصرف سیگار دانش آموزان پسر دبیرستان های شهر رفسنجان. دانشور، دوره ۸، شماره ۳۵، صفحه ۱-۶.
- بهرامی، فرزانه، معاضدیان، آمنه، حسین‌المدنی، سید علی. (۱۳۹۱). اثربخشی آموزش مهارت‌های حل مسئله و تصمیم‌گیری بر کاهش نگرش مثبت وابستگان به مواد افیونی. فصلنامه اعتیاد پژوهی، سال ۷، شماره ۲۵.
- جاجری، محمود. (۱۳۸۶). بررسی تاثیر درمان رفتاری در نگرش معتادین به مواد مخدر. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روانشناسی. دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم تحقیقات تهران.
- دل‌اور علی، رشید خسرو (۱۳۸۳). نقش آموزش مهارت‌های ابزار وجود و حل مسئله در پیش‌گیری و کاهش مصرف سیگار دانش آموزان شهر تهران. مطالعات روان‌شناختی. دوره ۱، شماره ۱، صفحه ۱۹-۳۴.
- رفیعی فر، شهرام و همکاران (۱۳۸۹)، راهنمای زندگی عاری از خطر برای نوجوانان. تهران؛ نشر مهر راوش، چاپ دوم.
- علی وردی‌نیا، اکبر، ریاحی، محمد اسماعیل، سلیمانی بشلی، محمد رضا. (۱۳۸۱). تبیین جامعه‌شناختی گرایش به مصرف سیگار. مسائل اجتماعی ایران، سال شانزدهم، شماره ۶۱-پژوهشی، صفحه ۱۶۱-۱۸۸.

- Azjen, R., & Fishbein, M. (1980). Understanding attitudes and predicting social behavior. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Chen, J. w. (1988). Adolescents' knowledge's behavior patterns and attitude related to cigarette smoking in the republic of china. Unpublished doctoral dissertation, Indian University, Bloomington.
- D'Zurilla TJ, Sheedy CF. (1991). Relation between social problem-solving ability and subsequent level of psychological stress in college students. J Personal SocPsychol. 61(5):841.
- D'Zurilla, T. J., & Nezu, A. M. (1990). Development and preliminary evaluation of the Social Problem-Solving Inventory (SPSI). Psychological assessment. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 2, 156-163.
- Ellis, A. (1979). Human is tic psychotherapy, New York, Megtaw. Hill co.
- Heppner, D., Witty, T. E., & Dixon, W. A. (2006). Problem solving appraisal and human adjustment a Review of research using the problem solving inventory. Journal of counseling psychology. 32: 390-391.
- Zollinger TW, Saywell RM, Muegge CM, Wooldring JS, Cummings F, Caine VA (2003). Impact of the life skills training curriculum on middle school students tobacco use in Marion County, Indiana,; 73(9): 338-346.