

اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر پرخاشگری و انسجام خانواده دانش‌آموزان

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر پرخاشگری و انسجام خانواده در بین دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه بود. پژوهش حاضر از نوع تجربی و با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری شامل کلیه دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه شهرستان میاندوآب در سال تحصیلی ۹۰-۹۱ بودند. با در نظر گرفتن احتمال ریزش آزمودنی‌ها، ۱۰۰ نفر به صورت تصادفی غربال شدند و ۵۰ نفر در گروه آزمایش و ۵۰ نفر در گروه کنترل گماشته شدند و پیش و پس از مداخله با استفاده از دو پرسش‌نامه پرخاشگری و آزمون انسجام خانواده مورد ارزیابی قرار گرفتند. داده‌ها با استفاده از تحلیل کوواریانس چند متغیره مورد تحلیل قرار گرفت.

نتایج نشان داد بین دو گروه آزمایش و کنترل از لحاظ نمره‌های پس‌آزمون پرخاشگری و انسجام خانوادگی پس از کنترل نمره‌های پیش‌آزمون، تفاوت معناداری وجود دارد. $(F_{(۱,۹۷)} = ۲۷۵/۲۵۵)$ آموزش مهارت‌های زندگی در کاهش پرخاشگری و افزایش انسجام خانوادگی دانش‌آموزان دختر تأثیرگذار می‌باشد.

کلیدواژه‌ها: مهارت‌های زندگی، پرخاشگری، انسجام خانواده.

رحیم یوسفی*
استادیار گروه روان‌شناسی دانشگاه شهید مدنی
آذربایجان (نویسنده مسئول)

ملیحه صفاری
کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی و مشاور
آموزش و پرورش

الهام ادهمیان
دانشجوی کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی
دانشگاه تبریز

تاریخ دریافت: ۱۳۹۳/۱/۲۰
تاریخ پذیرش: ۱۳۹۳/۶/۲۷

* نشانی تماس: تبریز، ۳۵ کیلومتری جاده آذرشهر،
دانشگاه شهید مدنی آذربایجان، دانشکده علوم تربیتی
و روان‌شناسی، گروه روان‌شناسی

رایانامه: yousefi@azaruniv.edu

Effectiveness of Life Skills Training on Aggression and Family Cohesion among students

Abstract

The aim of present study was to evaluate the effectiveness of life skills training on aggression and family cohesion among female high school students. This research was experimental with pre-test and post-test design. Statistical population included all female high school students of Miyandoab city in 1390-1391. Considering probable subjects were assigned to the experimental group and 50 in the control group. These subjects were assessed before and after intervention using questionnaires and tests of aggression and family cohesion test. Data were analyzed using multi variable analysis of covariance. Results showed that there is a significant difference between the experimental and controlling the pre-test scores. Life skills training is effective in reducing and increasing female students' family cohesion.

Keywords: Life Skills, Aggression, Family Cohesion.

Rahim Yousefi*

Assistant Professoe, Azarbaijan
Shahid Madani University,
Tabriz, Iran, Department of
psychology

Malihe Saffari

Consultant in West Azarbaijan
Education Office

Elham Adhamian

Azarbaijan Shahid Madani
University, Tabriz, Iran,
Department of psychology

*Corresponding Author:
yousefi@azaruniv.edu

مقدمه

برشمرد (براشاوا^{۱۵}، ۲۰۰۱). انسجام به‌عنوان یکی از ساختارهای پرنفوذ خانواده؛ احساس همبستگی، پیوند و تعهد عاطفی است که اعضای یک خانواده نسبت به هم دارند (السون^{۱۶}، ۱۹۹۹). شالوده انسجام و ثبات هر خانواده، وجود ارتباطات اثربخش در خانواده است (آسونی بار^{۱۷} و اولونیر و جو آروا^{۱۸}، ۲۰۰۶). برعکس، عدم انسجام خانواده منجر به پیامدهای منفی از جمله سوء مصرف مواد، بزهکاری (مولگاردا^{۱۹}، اسپا^{۲۰}، و ردmond^{۲۱}، ۲۰۰۰؛ بوتوین^{۲۲} و گریفین^{۲۳}، ۲۰۰۴) و پرخاشگری فرزندان چنین خانواده‌هایی می‌شود (نانجل^{۲۴}، و همکاران، ۲۰۰۲؛ پلگرینی و لانگ^{۲۵}، ۲۰۰۲؛ بونیکا، و همکاران، ۲۰۰۳). احساس انسجام و همبستگی نوجوان با خانواده و ارتباط عاطفی با اعضای خانواده از این نظر که نوجوان احساس پشتیبانی و دلگرمی کند، بسیار با اهمیت است. خانواده‌ای که پدر و مادر ارتباط و حمایت لازم را از نوجوانان به عمل می‌آورند، و تعاملات آنها در مکان و زمان مناسبی صورت می‌گیرد، فرزندان پرورش می‌دهد که می‌توانند بر توانایی فردی خود تکیه کنند (میدانی، حیدری، بختیارپور، ۱۳۸۸). برنامه مهارت‌های زندگی بر این اصل استوار است که کودکان و نوجوانان حق دارند توانمند شوند و نیاز دارند بتوانند از خودشان و علایقشان در برابر موقعیت‌های سخت زندگی دفاع کنند (سازمان جهانی بهداشت، ۱۳۷۹). از این رو، از آنجاکه در دوران نوجوانی الگوهای حاکم در خانواده به سبب نیازهای جنسی، تقاضاهای مدرسه و رقابت با گروه همسالان

نوجوانی مرحله‌ای مهم و برجسته در رشد و تکامل اجتماعی و روانی فرد به شمار می‌رود (شعاری نژاد، ۱۳۷۷). عده‌ای از روان‌شناسان معتقدند نوجوانی دوره «طوفان و فشار» است، درحالی که عده دیگری مطرح می‌نمایند که نوجوانی الزاماً زمان طوفان و فشار شدید نیست. این که نوجوانی تا چه حد طوفانی و پرفشار باشد، بستگی زیادی به تقاضاها و انتظارات در حال تغییر والدین، همسالان، مدرسه، و جامعه و فرهنگی دارد که نوجوان در آن زندگی می‌کند (آرنت^۱، ۱۹۹۹). بنابراین، ریشه برخی مشکلات نوجوانان، علاوه بر این تقاضاها و انتظارات در حال تغییر، می‌تواند در نحوه ارتباط آنها با اطرافیان به خصوص در محیط خانواده و مدرسه باشد (شعاری نژاد، ۱۳۷۷) که به یکی از شایع‌ترین مشکلات آنان (اعم از دختران و پسران) یعنی پرخاشگری، منجر می‌گردد (نانجل^۲، اردلی^۳، کارپنتر^۴ و نیومن^۵، ۲۰۰۲؛ پلگرینی^۶ و لانگ^۷، ۲۰۰۲؛ بونیکا^۸، یشو^۹، آرنولد^{۱۰}، فیشر^{۱۱} و زلجو^{۱۲}، ۲۰۰۳). خانواده منابع مهمی را فراهم می‌آورد که باعث حفظ بهزیستی همه اعضایش می‌شود؛ اعضایی که همگی در مراحل مختلف دوره زندگی هستند (راجولتون^{۱۳} و راوانرا^{۱۴}، ۲۰۰۱). خانواده نیز مانند هر نظام اجتماعی دیگری دارای نیازهای اساسی است. وجود انسجام خانوادگی را می‌توان به‌عنوان یکی از مهم‌ترین نیازهای اساسی هر خانواده‌ای

1. Arnet
2. Nangle
3. Erdley
4. arpenter
5. Newman
6. Pellegrini
7. Long
8. onica
9. Yeshova
10. Arnold
11. Fisher
12. Zeljo
13. Rajulton
14. Ravanera

15. Brashaw
16. Olson
17. sonibare
18. olowonirejuaro
19. Molgaard
20. Spoth
21. Redmond
22. Botvin
23. Griffin
24. Nangel

بشیلده (۱۳۸۵) معتقدند آموزش مهارت‌های زندگی موجب ارتقای توانایی‌های روانی-اجتماعی می‌گردد. این محققان در پژوهش خود دریافتند که بین دانش‌آموزانی که آموزش مهارت‌های زندگی دریافت کرده بودند، و دانش‌آموزانی که چنین آموزش‌هایی را ندیده بودند (گروه کنترل)، از لحاظ سلامت روانی تفاوت معناداری وجود دارد. اجلی (۱۳۸۷) در مطالعه خود به بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر کاهش واکنش‌های هیجانی نامناسب نوجوانان پرداخت، وی دریافت که در نمره کل واکنش‌های هیجانی و استرس تفاوت معناداری بین گروه آزمایش و گروه کنترل وجود دارد. همچنین، حاج امینی، اجلی، آشتیانی، و همکاران (۱۳۸۷) در مقاله‌ای تحت عنوان «تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر واکنش‌های هیجانی نوجوانان» با پژوهش بر روی ۳۰ نفر دانش‌آموز دوره راهنمایی به این نتیجه رسیدند که بعد از آموزش مهارت‌های زندگی، دانش‌آموزان از نظر میزان استرس، اضطراب و نمره کل در واکنش‌های هیجانی از تفاوت معناداری برخوردار هستند. قربان شیرودی و همکارانش (۱۳۸۹) در تحقیق خود دریافتند که آموزش مهارت‌های زندگی بر کاهش میزان پرخاشگری و افزایش سطح سازگاری دانش‌آموزان دختر مؤثر است. همچنین فورنس^{۱۶}، دانیش^{۱۷} و اسکات^{۱۸} (۲۰۰۷) نشان دادند که آموزش مهارت‌های زندگی می‌تواند در حل مشکل و استفاده از حمایت‌های اجتماعی مؤثر باشد. گراوند و ارضی (۱۳۸۸) نیز در تحقیقی در مورد بررسی آموزش مهارت‌های زندگی بر اضطراب و پرخاشگری همسران شهدا، روی سی نفر از همسران شهدا، دریافتند که این زنان پس از آموزش، در مقایسه با

(که برای نوجوان نقش مهم‌تری از خانواده ایفا می‌نماید) دستخوش تزلزل می‌شود (مینوچین^۱، ۱۳۸۷) و همچنین پرخاشگری به‌عنوان یکی از شایع‌ترین مسائل این دوران برای پژوهشگران مطرح است (نانجل، و همکاران، ۲۰۰۲؛ پلگرینی و لانگ، ۲۰۰۲؛ بونیکا، و همکاران، ۲۰۰۳)، آموزش مهارت‌های زندگی به نوجوانان، می‌تواند منجر به افزایش انسجام خانواده و متعاقب آن بر کیفیت زندگی (شهرکی ثانوی و همکاران، ۱۳۹۰)، خودپنداره (نیک کردار، ۱۳۸۴)، شکل‌گیری هویت (رزمی، ۱۳۸۴)، تحول ایگو (باکن^۲ و رومیگ^۳، ۱۹۸۹)، تحول صمیمیت (رومیگ و باکن^۴، ۱۹۹۲)، پیشرفت تحصیلی (آنگر^۵ و همکاران، نقل از راجولتون، ۲۰۰۱)، دوره‌های خلقی (سولیوان^۶ و همکاران، ۲۰۱۲)، شادکامی و عزت‌نفس (رجایی، ۱۳۸۹) و سازگاری روان‌شناختی (کین^۷، راک^۸، رانا^۹ و دونلان^{۱۰}، ۲۰۱۲) آنان تأثیر مثبتی داشته باشد. انسجام را می‌توان به‌عنوان یکی از عوامل منجر به سلامت روان کودکان معرفی کرد (برسلا^{۱۱} و لوسیا^{۱۲}، ۲۰۰۶). همچنین آموزش مهارت‌های زندگی می‌تواند به کاهش پرخاشگری در نوجوانان منجر گردد (کاوایانی، ۱۳۸۶؛ اجلی، ۱۳۸۷؛ خلعتبری، ۱۳۸۶؛ جلالی و جلالوند، ۱۳۸۵؛ نیسی و شهنی ییلاق، ۱۳۸۰؛ قربان شیرودی و همکاران، ۱۳۸۹؛ اکبری و همکاران، ۲۰۱۱؛ یانکی^{۱۳} و بیسواز^{۱۴}، ۲۰۱۱ و اوهایامبو^{۱۵}، ۲۰۰۴). حقیقی، موسوی، مهربابی‌زاده و

1. Minuchin
2. Bakken
3. Romig
4. Bakken
5. Anger
6. Sullivan
7. Qin
8. Rak
9. Rana
10. Donnellan
11. Breslau
12. Lucia
13. Yankey
14. Biswas
15. Odhiambo

16. Forneris
17. Danish
18. Schut

فردی بر پرخاشگری و انسجام خانواده در بین دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه پرداخته است و بر طبق آن فرضیه‌های زیر مطرح می‌گردد: (۱) تعیین تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی (مقابله با استرس و روابط بین فردی) بر پرخاشگری دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه، (۲) تعیین تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی (مقابله با استرس و روابط بین فردی) بر انسجام خانواده دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه.

روش

جامعه و نمونه آماری

پژوهش حاضر از نوع تجربی با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه کنترل می‌باشد. جامعه آماری شامل کلیه دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه شهرستان میاندوآب در سال تحصیلی ۹۰-۹۱ می‌باشند. با در نظر گرفتن احتمال ریزش ۰/۵ درصد تعداد ۱۰۰ نفر از دو مدرسه صبا و نهضت از بین مدارس مقطع متوسطه دخترانه انتخاب شدند، به این ترتیب که پیش از برگزاری دوره آموزشی، دانش‌آموزانی که نمره پایین‌تر از ۹۶ در آزمون انسجام خانواده و نمره بالایی در آزمون پرخاشگری دریافت کردند، غربال شدند و در دو گروه آزمایش و کنترل گماشته شدند. لازم به ذکر است که رضایت آگاهانه هر دو گروه جهت شرکت در پژوهش به صورت کتبی اخذ شد.

ابزارهای اندازه‌گیری

در این تحقیق از دو پرسش‌نامه برای به دست آوردن داده‌های پژوهش استفاده شد.

پرسش‌نامه پرخاشگری^۱ (AGQ): این پرسش‌نامه که در سال ۱۹۹۲ توسط باس^۲ و پری^۳ ساخته شد، (نقل از سرو قد و دانش پور، ۱۳۸۹)، مشتمل بر ۳۰ ماده است

گروه کنترل، پرخاشگری کمتری از خود نشان دادند. اکبری و همکاران (۲۰۱۱) با اجرای پژوهش خود، تحت عنوان: «مؤثر بودن آموزش مهارت‌های مدیریت خشم و حل مسئله بر پرخاشگری و عزت نفس زندانیان مرد» به این نتیجه رسیدند که این نوع آموزش‌ها موجب کاهش میزان پرخاشگری می‌شود. همچنین خلیفه سلطانی و کامکار (۱۳۸۸) پس از آموزش مدیریت استرس به چهل نفر دندان‌پزشک، دریافتند که تفاوت معناداری بین نمرات میانگین خصومت و پرخاشگری شرکت‌کنندگان در گروه آزمایش و گروه گواه در مرحله پس‌آزمون مشاهده شد. آنها به این نتیجه رسیدند زمانی که مدیریت استرس به خوبی در فرد نهادینه شود، سبب می‌شود فشار روانی از یک میزان مشخصی افزایش نیافته، و احساساتی از قبیل خشم و خصومت و به‌طور کلی پرخاشگری کاهش یابد. به علاوه کاویانی و همکاران (۱۳۸۶) در مطالعه‌ای بر روی نوجوانان نشان دادند که آموزش کنترل استرس منجر به کاهش میزان استرس، اضطراب و پرخاشگری آنان گردیده است. در تحقیقی که به تازگی انجام گرفت، سولیوان و همکاران (۲۰۱۲) به این نتیجه رسیدند که ساختار و انسجام خانواده با اختلالات روان‌شناختی فرزندان از جمله اختلالات دوقطبی در ارتباط است. این پژوهش به این نتیجه مهم دست یافت که انسجام خانواده، سازگاری و کشمکش خانوادگی می‌تواند پیش‌بینی‌کننده مفید دوره علائم خلقی نوجوانان باشند. بر کسی پوشیده نیست که نوجوانی دوره‌ای مهم و شاید سرنوشت‌ساز در زندگی هر فرد است. نوجوانان در این مقطع سنی، تحولات سریعی را از جنبه‌های جسمی و روانی تجربه می‌کنند و با مسائل و مشکلاتی در سازگاری با روابط بین فردی، بلوغ، تحصیلی و غیره مواجه می‌شوند. پژوهش حاضر به بررسی تأثیر آموزش مقابله با اضطراب و روابط بین

1. Aggression questionnaire

2. Buss

3. Perry

۱ را می‌گیرد، ادامه می‌یابد. حداکثر نمره قابل اکتساب در این مقیاس ۱۴۰ و حداقل ۲۸ می‌باشد. همچنین در این پژوهش، ۵۰ درصد بالای نمرات (بالتر از نمره ۹۶) تحت عنوان سطح انسجام پایین تعریف شده‌اند. مطالعه تحقیقاتی رضویه و سامانی (۱۳۷۹) در رابطه با این مقیاس بر اساس ۸ عمل (همبستگی با پدر، مادر، مدت تعامل، مکان، تصمیم‌گیری، ارتباط عاطفی، روابط زناشویی و رابطه والدین با فرزندان) حاکی از کفایت این مقیاس برای ارزیابی همبستگی فرد با والدین بود. در پژوهش سامانی ضریب آلفا برای کل مقیاس ۰/۹۰ و پایایی برای کل مقیاس ۰/۷۹ گزارش شده است. هم‌چنین در بررسی دیگری که به وسیله سامانی انجام شد، ضریب همسانی درونی مقیاس ۰/۸۵، ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۹ و ضریب پایایی با روش بازآزمایی نیز ۰/۸۰ گزارش شده است. در پژوهش کرباسی نیز، ضریب آلفای کرونباخ برای این مقیاس محاسبه گردید که مقدار آن برای کل مقیاس برابر با ۰/۹۰ و برای دو عامل انسجام با مادر و انسجام با پدر برابر با ۰/۸۶ بود. همچنین ضریب پایایی این مقیاس به روش بازآزمایی با فاصله زمانی یک هفته بر روی ۲۸ نفر برابر ۰/۸۴ (با سطح معنی‌داری $P > ۰/۰۱$) برای انسجام با پدر به دست آمد. در این مطالعه، ابتدا نمونه به دو گروه مورد و شاهد تقسیم شد و افراد هر دو گروه مقیاس انسجام خانواده و پرسش‌نامه پرخاشگری (AGQ) را تکمیل کردند. سپس افراد گروه آزمایش به مدت ۶ هفته و طی ۱۲ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای تحت آموزش‌های مقابله با استرس و مهارت‌های بین فردی قرار گرفتند. پس از طی این مدت، افراد هر دو گروه مجدداً پرسش‌نامه پرخاشگری و مقیاس خانواده را تکمیل نمودند و نهایتاً برای پی بردن به تأثیر این آموزش‌ها بر دانش آموزان، دو گروه با استفاده از آزمون تحلیل کوواریانس مورد مقایسه قرار گرفتند. اطلاعات پس

که چهارده ماده آن مربوط به عامل خشم^۱، هشت ماده آن مربوط به عامل تهاجم^۲ و هشت ماده آن نیز مربوط به عامل کینه‌توزی^۳ است. این پرسش‌نامه جزء ابزارهای کاغذ مدادی شناخته می‌شود و به‌منظور بررسی میزان پرخاشگری افراد ساختارسازی شده است که در موقعیت‌های بالینی و تحقیقاتی نیز کاربرد دارد. در این پرسش‌نامه آزمودنی‌ها به یکی از چهار گزینه هرگز، به‌ندرت، گاهی اوقات و همیشه، پاسخ می‌دهند. برای هر یک از ۴ گزینه مذکور، به ترتیب مقادیر ۱، ۲، ۳، ۴ در نظر گرفته می‌شود. به جزء ماده ۱۸ که بار عاطفی منفی دارد و جهت نمره‌گذاری در آن معکوس است، نمره کلی این پرسش‌نامه از صفر تا ۹۰ و با جمع نمرات سؤال‌ها به دست می‌آید. افرادی که نمره آنها در این مقیاس از میانگین کمتر است، پرخاشگری پایین خواهند داشت. ضرایب بازآزمایی به دست آمده بین نمره‌های آزمون‌ها در دو نوبت (آزمون، آزمون مجدد) برای کل آزمودنی‌ها ($N=۹۱$)، آزمودنی‌های دختر ($N=۴۸$) و آزمودنی‌های پسر ($N=۳۸$) به ترتیب ۰/۷۰، ۰/۶۴، ۰/۷۹ بوده است. ضرایب آلفای کرونباخ (همسانی درونی) برای کل آزمودنی‌ها برابر با ۰/۸۷۴، برای آزمودنی‌های دختر برابر با ۰/۸۶ و برای آزمودنی‌های پسر برابر با ۰/۸۹ بوده است.

آزمون انسجام خانواده: به‌منظور سنجش انسجام خانواده از مقیاس انسجام خانواده استفاده می‌شود. این مقیاس که بر اساس مبانی نظری انسجام خانواده با الهام از مدل ترکیبی اولسون (۱۹۹۹) توسط رضویه و ساسانی ساخته شد، دارای ۲۸ سؤال است و گویه‌های آن نیز به صورت طیف لیکرت طراحی شده‌اند. به گزینه (کاملاً موافقم) نمره ۵ تعلق می‌گیرد و به گزینه‌های دیگر به ترتیب تا (کاملاً مخالفم) که نمره

1. Anger
2. Physical aggression (invasion)
3. Hostility

استاندارد نمرات پرخاشگری آزمودنی‌ها در پیش‌آزمون به ترتیب برابر با ۵۴/۰۲۵ و ۷/۵۵۲ و در پس‌آزمون به ترتیب برابر با ۳۳/۴۸۵ و ۷/۵۶۴ و میانگین و انحراف استاندارد نمرات انسجام خانوادگی آنها در پیش‌آزمون به ترتیب برابر با ۸۷/۱۰۸ و ۳/۴۴۹ و در پس‌آزمون به ترتیب برابر با ۱۰۲/۲۲ و ۳/۱۲۷ به دست آمد.

با توجه به طرح شبه آزمایشی این پژوهش و استفاده از پیش‌آزمون و پس‌آزمون در آن و جهت کنترل اثر پیش‌آزمون، برای تحلیل داده‌های مربوط به هر یک از فرضیه‌ها، مدل آماری تحلیل کوواریانس اجرا شده است. بنابراین در بررسی صحت و سقم هر فرضیه، قبل از اجرای تحلیل کوواریانس، لازم بود شیب‌های رگرسیون، همگن و بین متغیر تصادفی کمکی و متغیر وابسته، ارتباط خطی وجود داشته باشد. به همین منظور، ابتدا تعامل بین متغیر تصادفی کمکی و متغیر مستقل در هر فرضیه مورد بررسی قرار گرفته است. در فرضیه اول این پژوهش، متغیر تصادفی کمکی، نمرات پرخاشگری دانش‌آموزان در پیش‌آزمون؛ متغیر مستقل، آموزش مهارت‌های زندگی؛ و متغیر وابسته، نمرات پرخاشگری آزمودنی‌ها در پس‌آزمون می‌باشد. در فرضیه دوم، متغیر تصادفی کمکی، نمرات انسجام خانواده دانش‌آموزان در پیش‌آزمون؛ متغیر مستقل، آموزش مهارت‌های زندگی؛ و متغیر وابسته، نمرات انسجام خانواده آزمودنی‌ها در پس‌آزمون می‌باشد.

فرضیه اول: آموزش مهارت‌های زندگی (مقابله با استرس و روابط بین‌فردی) بر پرخاشگری دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه تأثیر دارد.

مطابق جدول ۲ تعامل از نظر آماری معنی‌دار نیست ($F_{(1,96)} = 266/830$; $P > 0/05$). در نتیجه، فرضیه همگنی شیب‌های رگرسیون تأیید می‌شود و بین

از جمع‌آوری، به وسیله نرم‌افزار آماری SPSS مورد تحلیل قرار گرفت و در تحلیل توصیفی از فراوانی، انحراف استاندارد و میانگین و در تحلیل استنباطی از تحلیل کوواریانس چند متغیری^۱ استفاده شدند.

یافته‌ها

در این بخش و در جدول ۱ آماره‌های توصیفی این پژوهش مانند میانگین و انحراف استاندارد نمرات پیش‌آزمون و پس‌آزمون دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه ارائه شده است.

جدول ۱- میانگین و انحراف استاندارد نمرات پیش‌آزمون و پس‌آزمون پرخاشگری و انسجام خانواده در دو گروه کنترل و آزمایش

گروه کنترل	پرخاشگری	پس‌آزمون	پیش‌آزمون	انحراف استاندارد	
				میانگین	انحراف استاندارد
گروه آزمایش	پرخاشگری	پس‌آزمون	پیش‌آزمون	۵۶/۸۶۵	۴/۶۴۲
		پس‌آزمون	پیش‌آزمون	۳۳/۴۸۵	۷/۵۵۲
گروه کنترل	انسجام خانواده	پس‌آزمون	پیش‌آزمون	۸۰/۶۴۴	۶/۹۱۱
		پس‌آزمون	پیش‌آزمون	۸۰/۸۶۴	۹/۳۸۳
گروه آزمایش	انسجام خانواده	پس‌آزمون	پیش‌آزمون	۸۷/۱۰۸	۳/۴۴۹
		پس‌آزمون	پیش‌آزمون	۱۰۲/۲۲	۳/۱۲۷

همان‌طور که در جدول ۱ آمده است، در گروه کنترل، میانگین و انحراف استاندارد نمرات پرخاشگری دانش‌آموزان در پیش‌آزمون به ترتیب برابر با ۵۶/۸۶۵ و ۴/۲۴۶ و در پس‌آزمون به ترتیب برابر با ۳۳/۴۸۵ و ۷/۶۷۲ و میانگین و انحراف استاندارد نمرات انسجام خانوادگی آنها در پیش‌آزمون به ترتیب برابر با ۸۰/۶۴۴ و ۶/۱۱۹ و در پس‌آزمون به ترتیب برابر با ۸۰/۸۶۴ و ۹/۳۸۳ به دست آمد. همچنین در گروه آزمایشی میانگین و انحراف

1. Multi-variate analysis of covariance

در جدول ۴ تعامل از نظر آماری معنی‌دار نیست ($F_{(1,96)} = 237/223$; $P > 0/05$). در نتیجه، فرضیه همگنی شیب‌های رگرسیون تأیید می‌شود و بین نمرات پیش‌آزمون و پس‌آزمون رابطه خطی وجود دارد. بنابراین اجرای آزمون تحلیل کوواریانس میسر است. همانند فرضیه اول در ابتدا، بررسی مفروضه برابری خطای واریانس‌ها، با استفاده از آزمون برابری خطای واریانس لئون اجرا گردید. نتایج نشان دارد به واریانس نمرات در گروه‌ها برابر می‌باشد ($F_{(1,98)} = 0/515$; $P > 0/05$).

بر اساس جدول ۵ نتایج تحلیل کوواریانس نشان می‌دهد که پس از تعدیل نمرات پیش‌آزمون، تفاوت معنی‌داری بین میانگین‌های نمرات انسجام خانوادگی دو گروه کنترل و آزمایش پس از آموزش مهارت‌های زندگی ($F_{(97,1)} = 275/255$; $P < 0/05$) وجود دارد. این بدان معنی است که آموزش مهارت‌های زندگی بر میزان انسجام خانوادگی دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه مؤثر است. از این رو فرضیه دوم پژوهش نیز تأیید شد.

نمرات پیش‌آزمون و پس‌آزمون رابطه خطی وجود دارد. بنابراین می‌توان آزمون تحلیل کوواریانس را اجرا نمود. در ابتدا، بررسی مفروضه برابری خطای واریانس‌ها، با استفاده از آزمون برابری خطای واریانس لئون اجرا گردید. نتایج نشان داد تفاوت معنی‌داری در واریانس‌ها وجود ندارد ($F_{(1,98)} = 0/586$; $P > 0/05$).

بر اساس جدول ۳ نتایج تحلیل کوواریانس نشان می‌دهد که پس از تعدیل نمرات پیش‌آزمون، تفاوت معنی‌داری بین میانگین‌های نمرات پرخاشگری دو گروه کنترل و آزمایش پس از آموزش مهارت‌های زندگی ($F_{(1,97)} = 344/149$; $P < 0/05$) وجود دارد. این بدان معنی است که آموزش مهارت‌های زندگی بر پرخاشگری دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه مؤثر است. از این رو فرضیه اول پژوهش تأیید شد.

فرضیه دوم: آموزش مهارت‌های زندگی (مقابله با استرس و روابط بین‌فردی) بر میزان انسجام خانواده دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه تأثیر دارد.

جدول ۲- بررسی تعامل بین نمرات پیش‌آزمون پرخاشگری (متغیر تصادفی کمکی) و آموزش مهارت‌های زندگی (متغیر مستقل)

منبع تغییر	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	F	سطح معنی‌داری
گروه	۱۱۳۸۷/۱۰۶	۱	۱۱۳۸۷/۱۰۶	۳۱۸/۲۸۰	۰/۰۸۵
پیش‌آزمون	۱۸۸۹/۵۸۲	۱	۱۸۸۹/۵۸۲	۵۲/۸۱۵	۰/۰۰۰
گروه*پیش‌آزمون	۹۵۴۶/۳۸۲	۱	۹۵۴۶/۳۸۲	۲۶۶/۸۳۰	۰/۵۴۶
خطا	۳۴۳۴/۶۷۸	۹۶	۳۵/۷۷۷		
کل	۲۲۱۶۶۱/۰۰۰	۱۰۰			

جدول ۳- نتایج تحلیل کوواریانس میانگین‌های نمرات پیش‌آزمون و پس‌آزمون پرخاشگری در دو گروه کنترل و آزمایش

منبع تغییر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی‌داری	ضریب اتای سهمی
پیش‌آزمون	۲۰۷۱/۷۰۳	۱	۲۰۷۱/۷۰۳	۵۸/۲۸۹	۰/۰۰۱	۰/۵۰۸
گروه	۱۲۲۳۱/۷۴۱	۱	۱۲۲۳۱/۷۴۱	۱/۱۴۹	۰/۰۰۱	۰/۲۹۰
خطا	۳۴۴۷/۵۹۳	۹۷	۳۵/۵۴۲	۳۴۴		
کل	۲۲۱۶۶۱/۰۰۰	۱۰۰				

جدول ۴- بررسی تعامل بین نمرات پیش‌آزمون انسجام خانواده (متغیر تصادفی کمکی) و آموزش مهارت‌های زندگی (متغیر مستقل)

منبع تغییر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی‌داری
گروه	۵۷۵۴/۵۱۱	۱	۵۷۵۴/۵۱۱	۲۷۳/۴۶۴	۰/۲۸۵
پیش‌آزمون	۲۷۰۰/۱۱۲	۱	۲۷۰۰/۱۱۲	۱۲۸/۳۱۴	۰/۰۰۰
گروه*پیش‌آزمون	۴۹۹۱/۹۰۲	۱	۴۹۹۱/۹۰۲	۲۳۷/۲۲۳	۰/۵۹۹
خطا	۲۰۲۰/۱۵۹	۹۶	۲۱/۰۴۳		
کل	۸۵۴۳۵۶/۰۰۰	۱۰۰			

جدول ۵- نتایج تحلیل کوواریانس میانگین‌های نمرات پیش‌آزمون و پس‌آزمون انسجام خانوادگی در دو گروه کنترل و آزمایش

منبع تغییر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی‌داری	ضریب اتای سهمی
پیش‌آزمون	۲۹۶۷/۲۴۳	۱	۲۹۶۷/۲۴۳	۱۴۲/۱۱۰	۰/۰۰۱	۰/۵۰۸
گروه	۵۷۴۷/۳۲۰	۱	۵۷۴۷/۳۲۰	۲۷۵/۲۵۵	۰/۰۰۱	۰/۲۹۰
خطا	۲۰۲۵/۳۵۷	۹۷	۲۰/۸۸۰			
کل	۸۵۴۳۵۶/۰۰۰	۱۰۰				

بحث و نتیجه‌گیری

همسران شهدا اجرا کردند و دریافتند که آموزش مهارت‌های زندگی می‌تواند منجر به کاهش پرخاشگری شود. خلیفه سلطانی و کامکار (۱۳۸۸) نیز با پژوهش روی دندان‌پزشکان، و اکبری و همکاران (۲۰۱۱) با مطالعه بر روی زندانیان به یافته‌هایی مشابه نتایج ما دست یافتند. در تبیین احتمالی این نتیجه می‌توان گفت که آموزش مهارت‌های روابط بین فردی به نوجوانان، از طریق افزایش رفتارهای کارآمد و باکفایت و کاهش رفتارهای ناکارآمد و بی‌کفایت (اسماعیلی، کلانتری، عسکری و همکاران، ۱۳۹۰) و به‌طور کلی از طریق بهبود شیوه‌های برقراری ارتباط با دیگران (امیری برمکوهی، ۱۳۸۸) و ارتقای توانایی‌های روانی-اجتماعی (حقیقی و همکاران،

این پژوهش که با هدف بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی (مقابله با استرس و روابط بین فردی) بر پرخاشگری و انسجام خانواده دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه انجام گرفت، نشان داد که آموزش مهارت‌های زندگی بر پرخاشگری دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه مؤثر است. این یافته با نتایج به‌دست‌آمده در تحقیقات متعددی همسو می‌باشد؛ از جمله قربان شیرودی و همکارانش (۱۳۸۹) که پژوهش کاملاً مشابهی را بر روی دانش‌آموزان دختر اجرا کردند. هم‌چنین، یافته‌های ما با نتایج به‌دست‌آمده در مطالعه هنرمند، گراوند و ارضی (۱۳۸۸) همسو می‌باشد. آنها پژوهشی را بر روی

افزایش انسجام خانواده و بهبود ارتباطات بین اعضای خانواده‌ها شود. برای تبیین احتمالی این نتیجه همان‌طور که در تبیین نتیجه اول پژوهش گفته شد، آموزش مقابله با استرس در کنار آموزش مهارت روابط بین فردی، باعث ایجاد تعاملی مثبت، صمیمی، متقابل و اثربخش بین افراد خانواده در محیطی کم تنش می‌گردد که این موضوع نیز از یک سو احساس همبستگی، پیوند و تعهد عاطفی بین اعضای یک خانواده نسبت به هم (السون، ۱۹۹۹) و همچنین وقت گذاشتن و با هم بودن در بین اعضاء خانواده (لینگرن، ۲۰۰۳) را به همراه دارد و از سوی دیگر سبب شکل‌گیری سرویس‌های حمایتی در درون خانواده می‌شود (راجولتون و راوانرا، ۲۰۰۱). از این رو وجود چنین شرایطی در درون هر خانواده، به الگوهای ارتباطی مؤثر در آن خانواده منجر می‌شود. به قول آسونی بار و اولونیروجوآروا (۲۰۰۶)، ارتباطات اثربخش در خانواده نیز، شالودهٔ انسجام و ثبات آن خانواده محسوب خواهد شد. هم‌چنین در تبیین این یافته می‌توان گفت، همان‌طور که نتایج برخی تحقیقات (از جمله یاداو^۱ و اقبال^۲، ۲۰۰۹) نشان می‌دهند، آموزش مهارت‌های زندگی تأثیر مثبت معناداری بر افزایش همدلی و سازگاری آزمودنی‌ها دارد. بی‌شک دانش‌آموزانی که تحت چنین آموزشی قرار گرفتند، اثرات مثبت ناشی از آن را به محیط خانواده و تعامل با دوستان خود نیز منتقل می‌کنند. از همین روست که نمرات پس‌آزمون دانش‌آموزان بهبود معناداری در میزان انسجام خانواده آنان نشان می‌دهد. در این پژوهش امکان کنترل متغیرهای جمعیت شناختی نظیر سطح هوش، طبقه اجتماعی و سایر عوامل مرتبط و تأثیرگذار در نمونه مقدر نشد.

(۱۳۸۵)، سبب می‌شود نوجوانان با برقراری ارتباطات مثبت، کارآمدتر، محترمانه و نزدیک‌تر با والدین و همسالان خود و دیگر افراد؛ به سرزندگی، سازگاری، اعتماد به نفس و عزت نفس بالاتری دست یابند و این امر نیز به نوبه خود، دوباره به بهبود بیشتر روابط و رفتارهای اجتماع پسند منتهی می‌گردد. بنابراین، بودن در چنین چرخه‌ای موجب کاهش تنش، تکانشگری، رفتارهای مخرب، خشن و به‌طور کلی پرخاشگری نوجوانان می‌گردد. هم‌چنین آموزش مدیریت استرس به نوجوانان، از طریق ایجاد توانایی سازگاری با استرس به هنگام برخورد با موانع و مشکلات معمول دوران نوجوانی و روزمره (اوهیامبو، ۲۰۰۴)، باعث می‌شود مدیریت استرس به خوبی در فرد نهادینه شود (خلیفه سلطانی و کامکار، ۱۳۸۸) و میزان استرس و اضطراب را کمتر و در حد طبیعی تجربه کنند (کاویانی، ۱۳۸۶؛ علیلو به نقل از هرازی، ۱۳۸۴؛ خلیفه سلطانی و کامکار، ۱۳۸۸). این امر نیز به نوبه خود، عاملی می‌شود که نوجوانان، بهتر موانع و مشکلات موقعیتی و استرس‌زا را کنار زنند، بهتر از سیستم‌های حمایتی جامعه استفاده کنند و در نهایت کمتر با ناکامی و متعاقب آن، پرخاشگری و رفتارهای مخرب و خشن روبه‌رو شوند. که این نیز روابط بین فردی نوجوانان با اعضا خانواده خود و هم‌چنین گروه همسالانش را بهبود می‌دهد.

دومین یافتهٔ پژوهش حاضر آن است که آموزش مهارت‌های زندگی بر میزان انسجام خانوادگی دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه مؤثر است. این یافته با نتایج به دست آمده از مطالعهٔ مؤسسه تحقیقاتی strengthening families همسویی دارد. آنها آزمایش گسترده‌ای را بر روی کودکان و خانواده‌هایشان انجام دادند و دریافتند که آموزش مهارت‌های زندگی و اجتماعی می‌تواند منجر به

میزان سلامت روانی نمونه قبل از اجرای پژوهش
بررسی و مورد کنترل قرار نگرفت. پیشنهاد می‌شود در
تحقیقات آینده آموزش مهارت زندگی هم‌زمان بر
روی والدین دانش‌آموزان گروه آزمایشی نیز انجام
گیرد و تأثیر این آموزش بر روی خانواده بررسی شود
و در تحقیقات آتی متغیرهای جمعیت شناختی نظیر
سطح هوش، طبقه اجتماعی و... نیز کنترل شود.

منابع

- اجلی، امین. (۱۳۸۷). بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر کاهش واکنش‌های هیجانی نامناسب نوجوانان در مدارس راهنمایی دولتی یکی از شهرک‌های مسکونی سپاه. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشکده پرستاری. دانشگاه علوم پزشکی بقیه‌الله (عج).
- اسماعیلی، مریم، کلانتری، مهرداد، عسکری، کریم، مولوی، حسین؛ و مهدوی، سعیده. (۱۳۸۹). مقایسه اثربخشی روش‌های ایمن‌سازی در برابر استرس در مقابل آموزش روابط بین فردی و مهارت‌های اجتماعی بر بهزیستی روان‌شناختی فرزندان پسر جانبازان مبتلا به استرس پس از سانحه. *طب جانباز*، ۳(۱۰): ۱۱-۰۱.
- جلالی، داریوش، جلالوند، لادن. (۱۳۸۵). بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر سازگاری زناشویی زوج‌ها. چکیده مقالات دومین کنگره سراسری آسیب‌شناسی خانواده در ایران. ۲۵-۲۸ اردیبهشت ۸۵. دانشگاه بهشتی. پژوهشکده خانواده
- حقیقی، جمال. موسوی، مهربابی‌زاده، مهناز. و بشیلده، کیومرث. (۱۳۸۵). بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر سلامت روانی و عزت‌نفس دانش‌آموزان دختر سال اول مقطع متوسطه. *مجله علوم تربیتی و روان‌شناسی*. دانشگاه شهید چمران اهواز. ۱۳(۱)، ۶۱-۷۸.
- حقیقی، جمال؛ شکرکن، حسین؛ موسوی شوشتری. (۱۳۸۱). بررسی جو عاطفی خانواده با سازگاری دانش‌آموزان دختر پایه سوم اهواز. *فصلنامه علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه شهید چمران*. ۲(۱)، ۷۹-۱۰۸.
- خلعتبری، جواد، عزیززاده حقیقی، فرشته. (۱۳۸۶). تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی و راهبردهای مقابله با فشار روانی بر سلامت روانی دانشجویان دختر. *دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی*. (۲)، ۳۷-۲۹.
- خلیفه سلطانی، فخرالسادات و کامکار، منوچهر. (۱۳۸۸). تأثیر آموزش کنترل استرس بر سلامت روانی دندان‌پزشکان شهر اصفهان در سال ۸۷. *مجله دندانپزشکی اصفهان*. ۵(۳)، ۱۶۶-۱۵۵.
- رجایی چالشری، سهیلا. (۱۳۸۹). بررسی قدرت پیش‌بینی کنندگی انسجام و انعطاف‌پذیری خانواده بر عزت‌نفس و شادکامی فرزندان در دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه شهر شیراز. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه آزاد اسلامی مرودشت.
- رزمی، محمدرضا. (۱۳۸۴). بررسی تأثیر انسجام و انعطاف‌پذیری خانواده بر شکل‌گیری هویت در نوجوانان. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. روان‌شناسی تربیتی. دانشگاه شیراز.
- شریفی، حسن پاشا. (۱۳۸۴). تهیه و تدوین برنامه درسی مهارت‌های زندگی برای دانش‌آموزان دوره تحصیلی متوسطه. *فصلنامه نوآوری‌های آموزشی*. ۴(۱۲)، ۳۴-۱۱.
- شعاری نژاد، علی اکبر. (۱۳۷۷). *نقش فعالیت‌های فوق‌برنامه در تربیت نوجوانان*، چاپ چهارم، تهران.
- شهرکی ثانوی، فریبا، نویدیان، علی، انصاری مقدم، علیرضا، فرجی شوی، مهدی. (۱۳۹۰). بررسی رابطه الگوهای ارتباطی خانواده بر کیفیت زندگی نوجوانان. *فصلنامه مشاوره و روان‌درمانی خانواده*. (۱)، ۱۱۴-۱۰۱.

- قربان شیروودی، شهره، خلعتبری، جواد، تودار، سیدرسول، مبلغی، نفیسه، صالحی، محمد. (۱۳۸۹). مقایسه اثربخشی روش‌های آموزش مهارت ابراز وجود، حل مسئله بر سازگاری و پرخاشگری دانش‌آموزان دختر سال اول متوسطه. *یافته‌های نو در روان‌شناسی*. ۵ (۱۵): ۷.
- کاوایانی، حسین. (۱۳۸۶). بررسی اثربخشی آموزش کنترل استرس در شرکت‌کنندگان در کلاس کنکور، فصلنامه تازه‌های علوم شناختی، ۹ (۲)، ۶۸-۶۱.
- میدانی، مرضیه، حیدری، علیرضا، بختیارپور، سعید. (۱۳۸۸). رابطه انسجام خانوادگی، استقلال خانواده، و سازگاری با خود ناتوان‌سازی تحصیلی در دانش‌آموزان دختر و پسر مقطع راهنمایی شهر اهواز. *پژوهشنامه تربیتی دانشگاه آزاد اسلامی بجنورد*. ۲۶، ۱۹۰-۱۶۸.
- مینوچین، سالوادر، و فیشمن، اچ. چارلز. (۱۳۸۷). *فنون خانواده‌درمانی*. ترجمه: فرشاد بهاری و فرح سیا. تهران: انتشارات رشد، چاپ پنجم.
- نیسی، عبدالکاسم؛ شهنی بیلاق، منیجه. (۱۳۸۰). تأثیر آموزش ابراز وجود بر ابراز وجود، عزت‌نفس، اضطراب اجتماعی و بهداشت روانی دانش‌آموزان پر مضطرب اجتماعی دبیرستانی شهر اهواز، *مجله علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه شهید چمران اهواز* - ۸ (۱ و ۲)، ۱۱.
- نیک‌کردار، محمدعلی. (۱۳۸۴). *بررسی تأثیر انسجام و انعطاف‌پذیری خانواده بر خودپنداره نوجوانان دختر و پسر*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. روان‌شناسی تربیتی. دانشگاه شیراز.
- هرازی، زلیخا. (۱۳۸۴). *بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر سلامت روانی دانش‌آموزان دوره متوسطه*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی. دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه تبریز.

- Akbari, Bahman, Zinali, Shina, Gilanina, Shahram, Mousavian, Seyyed Javad. (2011). Effectiveness of Anger Management Skills and Problem- Solving Skills Training on Aggression and Self-Esteem of Male Prisoners. *Journal of Basic Applied. Science Research*, 1(12)3217-3220.
- Arnett, JJ. (1999) Adolescent storm and stress, reconsidered *American Psychology*. 54(5)317-326.
- Asonibare, J. B. & Olowonirejuaro, O. A. (2006). *Family cohesion and level of communication between parents and their adolescent children*. TNJGC, 11, 52_60.
- Bonica, C., Yeshova, K., Arnold, D. H., Fisher, P. H., & Zeljo, A. (2003). Relational aggression and language development in preschoolers. *Social Development*, (12), 551-562.
- Botvin, Gilbert J, Griffin, Kenneth W. (2004). Life Skills Training: Empirical Findings and Future Directions. *The Journal of Primary Prevention*, . 25,(2), October.
- Breslau, N., Lucia, V. (2006). Family cohesion and investigation. *Psychiatry Research*, 141, 141- 149.
- Fornieris, T., Danish, S. J., Scott, D.L. (2007). Setting goals, solving problems and seeking social support. *Pub med adolescence*, 42 (1), 103-114.
- Lingren, M.G. (2003). *Creating sustainable families*. [Online] available: http://www.ianr.un.edu/pubs/family/g_1269.htm
- Long JD. (2002). A longitudinal study of bullying, dominance, and victimization during the transition from primary school through secondary school. *British Developmental Psychology*, (20), 259-280.
- Molgaard, Virginia K, Spoth, Richard L, Redmond. Cleve. (2000). Competency Training The Strengthening Families Program: For Parents and Youth 10-14. *Juvenile Justice Bulletin*. Office of Juvenile Justice and Delinquency Prevention.
- Nangle, D. W, Erdley, C. A., Carpenter, E. M, & Newman, J. E. (2002). Social skills training as a treatment for aggressive children and adolescents: A developmental-clinical integration. *Aggression and Violent Behavior*, 7, 169-199.
- Olson, D.H. (1999). Circumplex model of marital & family systems. *Journal of Family therapy*, 22, 144-167.
- Paul Odhiambo Oburu. (2004). *Social Adjustment of Kenyan Orphaned Grandchildren, Perceived Caregiving Stresses and Discipline Strategies used by their Fostering Grandmothers*.
- Qin, D. B., Rak, E., Rana, M., & Donnellan, M. B. (2012). Parent-child relations and psychological adjustment among high-achieving Chinese and European American adolescents. *Journal of Adolescence*. Advance online publication.

- Rajulton, Fernando & Ravanera, Zenaida. (2001). *Integrational support and family cohesion*. Population studies center. University of Western Ontario.
- Romig Charles and Linda Bakken(1992). Intimacy development in middle adolescence: Its relationship to gender and family cohesion and adaptability. *Journal of Youth and Adolescence*. 21 (3). 325-338.
- Sullivan, Aimee E, Judd, Charles M. David A. Miklowitz, David J. (2012). Family Functioning and the Course of Adolescent Bipolar Disorder. *Behavior Therapy*. 43(4): 837-847.
- Yankey, Tsering, Biswas Urmi Nanda. (2011). Life Skills Training as an Effective Intervention Strategy to Reduce Stress among Tibetan Refugee Adolescents. *Journal of refugee studies*.25 (4), 514-523.