JOURNAL OF A New Approach in Teaching and Learning
Research Center of Knowledge-based Businesses & Resource Management Studies
https://www.jnael.ir
Volume 1, Issue 4, Winter 2025, Pages 26 to 36
eISSN: 3150-4078
Original Article (Quantitative)

# The Effectiveness of Solution-Focused Child Skills Training on Anxiety and Executive Functions in Children in Gorgan

**Ali Barghamadi [1], Maryam Tafakor [2], Fatemeh Barzeali [3]**

1. M.A. in Clinical Psychology, Faculty of Psychology, International Branch, Payame Noor University, Tehran, Iran.
2. Department of Psychology, Sari Branch, Islamic Azad University, Sari, Iran
3. Department of Psychology, Bandar Gaz Branch, Islamic Azad University, Bandar Gaz, Iran

**Receive:** *23 November 2025*
**Revise:** *07 January 2025*
**Accept:** *13 February 2025*

**Abstract**

The present study aimed to examine the effectiveness of Solution-Focused Child Skills Training on anxiety and executive functions in children in Gorgan. The study was applied in terms of purpose and quasi-experimental in terms of methodology, using a pretest-posttest design with a control group. The statistical population consisted of children with anxiety in Sari, from whom 30 eligible children were selected through convenience sampling and randomly assigned to experimental and control groups. The experimental group participated in ten 60-minute sessions of Solution-Focused Child Skills Training, while the control group received no intervention during the study. Data were collected using the Beck Anxiety Inventory Spence Children's Anxiety Scale (SCAS; Spence, 1998) and the Behavior Rating Inventory of Executive Function (BRIEF; Gioia et al., 2000). The collected data were analyzed using repeated-measures analysis of variance and SPSS software. The results showed a statistically significant difference between the experimental and control groups in anxiety and executive functions following the intervention. Specifically, Solution-Focused Child Skills Training significantly reduced anxiety and improved executive functions in children. The findings suggest that Solution-Focused Child Skills Training can contribute to reducing anxiety and enhancing executive functions by strengthening children's sense of competence, teaching problem-solving strategies, increasing self-awareness, and helping them identify and utilize their personal resources. Therefore, this approach can be considered an appropriate psychological intervention for preventive and therapeutic programs targeting children.

**Keywords:** Solution-Focused Child Skills Training, Anxiety, Executive Functions, Children.

**Please cite this article as (APA):** Barghamadi, A., Tafakor, M. & Barzeali, F. (2026). The Effectiveness of Solution-Focused Child Skills Training on Anxiety and Executive Functions in Children in Gorgan. New Approach in Teaching and Learning, 1(4), 26-40.

https://doi.org/10.22034/jnael.2026.251339

Authors retain the copyright and full publishing rights.
Published by Research Center of Resource Management Studies and Knowledge-Based Business. This article is an open access article licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

**Publisher:** Research Center of Resource Management Studies and Knowledge-Based Business

**Corresponding Author:** Ali Barghamadi **Email:** barghamadi_ali_29@yahoo.com

فصلنامه رهیافتی نو در آموزش و یادگیری

https://www.jnael.ir

دوره ۱، شماره ۴، زمستان ۱۴۰۴، صفحات ۲۶ تا ۴۰

علمی پژوهشی (کمی)

eISSN: 3150-4078

# اثربخشی روش مهارت آموزی کودک راه‌حل محور بر اضطراب و کارکردهای اجرایی کودکان شهرستان گرگان

**علی برغمدی[۱]، مریم تفکر[۲]، فاطمه برزعلی[۳]**

۱. کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، دانشکده روانشناسی، واحد بین الملل دانشگاه پیام نور، تهران، ایران.

۲. گروه روانشناسی، واحد ساری، دانشگاه آزاد اسلامی، ساری، ایران.

۳. گروه روانشناسی، واحد بندرگز، دانشگاه آزاد اسلامی، بندرگز، ایران.

**تاریخ دریافت:**
۰۲ آذر ۱۴۰۴

**تاریخ بازنگری:**
۱۷ دی ۱۴۰۴

**تاریخ پذیرش:**
۲۴ بهمن ۱۴۰۴

## چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی روش مهارت‌آموزی کودک راه‌حل‌محور بر اضطراب و کارکردهای اجرایی کودکان شهرستان گرگان انجام شد. این پژوهش از نظر هدف، کاربردی و از نظر روش، نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون، پس‌آزمون و گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش را کودکان دارای اضطراب شهرستان گرگان تشکیل دادند که از میان آنان، ۳۰ کودک واجد شرایط به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و به‌صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل جایگزین شدند. گروه آزمایش در ۱۰ جلسه ۶۰ دقیقه‌ای مهارت‌آموزی کودک راه‌حل‌محور شرکت کرد، در حالی که گروه کنترل در طول اجرای پژوهش مداخله‌ای دریافت نکرد. برای گردآوری داده‌ها از مقیاس اضطراب اسپنس برای کودکان (SCAS؛ اسپنس، ۱۹۹۸) و سیاهه درجه‌بندی رفتاری کارکردهای اجرایی (BRIEF؛ جیویا و همکاران، ۲۰۰۰) استفاده شد. داده‌های حاصل با استفاده از تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر و نرم‌افزار SPSS تحلیل شدند. نتایج نشان داد که پس از اجرای مداخله، بین دو گروه آزمایش و کنترل در میزان اضطراب و کارکردهای اجرایی تفاوت معناداری وجود داشت؛ به‌گونه‌ای که مهارت‌آموزی کودک راه‌حل‌محور موجب کاهش معنادار اضطراب و بهبود معنادار کارکردهای اجرایی کودکان شد. بر اساس یافته‌های پژوهش، مهارت‌آموزی کودک راه‌حل‌محور می‌تواند از طریق تقویت احساس توانمندی، آموزش راهبردهای حل مسئله، افزایش خودآگاهی و کمک به شناسایی و استفاده از منابع فردی، در کاهش اضطراب و ارتقای کارکردهای اجرایی کودکان مؤثر باشد. بنابراین، استفاده از این روش می‌تواند به‌عنوان یک مداخله روان‌شناختی مناسب در برنامه‌های پیشگیرانه و درمانی کودکان مورد توجه قرار گیرد.

**کلید واژه‌ها:**
مهارت‌آموزی کودک
راه‌حل‌محور،
اضطراب،
کارکردهای اجرایی،
کودکان.

**لطفاً به این مقاله استناد کنید (APA):** برغمدی، علی، تفکر، مریم و برزعلی، فاطمه. (۱۴۰۴). اثربخشی روش مهارت آموزی کودک راه‌حل محور بر اضطراب و کارکردهای اجرایی کودکان شهرستان گرگان. فصلنامه رهیافتی نو در آموزش و یادگیری، ۱(۴)، ۲۶-۴۰.

https://doi.org/10.22034/jnael.2026.251339

Authors retain the copyright and full publishing rights.
Published by Research Center of Resource Management Studies and Knowledge-Based Business.
This article is an open access article licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

**ناشر:** مرکز پژوهشی مطالعات مدیریت منابع و کسب و کار دانش محور

**ایمیل:** barghamadi_ali_29@yahoo.com

**نویسنده مسئول:** علی برغمدی

## مقدمه

دوران کودکی یکی از مهم‌ترین مراحل تحول انسان است که در آن، زمینه‌های اساسی رشد هیجانی، شناختی، اجتماعی و رفتاری شکل می‌گیرد. کودکان در این دوره با مجموعه‌ای از تغییرات رشدی و موقعیت‌های جدید مانند ورود به مدرسه، برقراری روابط با همسالان، سازگاری با انتظارات والدین و معلمان و مواجهه با موقعیت‌های ارزیابی و رقابتی روبه‌رو می‌شوند (خاوری خراسانی و همکاران، ۱۴۰۳). چگونگی مواجهه کودک با این موقعیت‌ها می‌تواند نقش مهمی در سلامت روان و عملکرد تحصیلی و اجتماعی او داشته باشد. در صورتی که کودک فاقد مهارت‌های لازم برای مدیریت هیجان‌ها، حل مسئله و سازگاری با شرایط دشوار باشد، احتمال بروز مشکلات هیجانی و رفتاری افزایش می‌یابد. از این رو، توجه به سلامت روان کودکان و شناسایی و تقویت عوامل محافظت‌کننده در این دوره از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است (یزدانی‌پور و همکاران، ۱۳۹۹؛ رومپانن و همکاران، ۲۰۲۱). در میان مشکلات روان‌شناختی دوران کودکی، اضطراب یکی از شایع‌ترین مشکلات هیجانی به شمار می‌رود. اضطراب در کودکان ممکن است به شکل نگرانی، ترس، بی‌قراری، اجتناب از موقعیت‌های خاص، شکایت‌های جسمانی و دشواری در تمرکز بروز کند (ابراهیمی و همکاران، ۱۳۹۸). اگرچه میزان مشخصی از ترس و نگرانی در فرایند رشد طبیعی است، تداوم و شدت یافتن این حالات می‌تواند عملکرد کودک را در حوزه‌های مختلف تحت تأثیر قرار دهد. اضطراب شدید یا پایدار ممکن است موجب کاهش مشارکت کودک در فعالیت‌های مدرسه، اختلال در روابط با همسالان، کاهش اعتمادبه‌نفس و محدود شدن فرصت‌های تجربه موفقیت شود. یافته‌های پژوهشی نیز نشان داده‌اند که مشکلات اضطرابی و هیجانی می‌توانند با دشواری در سازگاری و عملکرد اجتماعی کودکان همراه باشند (مظاهری و همکاران، ۱۳۹۸؛ میرزاخانی و همکاران، ۱۳۹۵). بنابراین، شناسایی و مداخله زودهنگام در مشکلات اضطرابی کودکان می‌تواند از تداوم و تشدید مشکلات روان‌شناختی در مراحل بعدی زندگی جلوگیری کند. یکی دیگر از حوزه‌های مهم در رشد کودکان، کارکردهای اجرایی است. کارکردهای اجرایی مجموعه‌ای از فرایندهای شناختی سطح بالاتر هستند که به کودک کمک می‌کنند رفتار و افکار خود را برای دستیابی به اهداف تنظیم و هدایت کند. مهار پاسخ‌های نامناسب، انعطاف‌پذیری شناختی، برنامه‌ریزی، سازمان‌دهی، کنترل هیجان، آغازگری و نظارت بر عملکرد از جمله مؤلفه‌هایی هستند که در این حوزه قرار می‌گیرند. رشد مناسب این توانایی‌ها به کودک امکان می‌دهد تکالیف خود را سازمان‌دهی کند، دستورالعمل‌ها را دنبال کند، در برابر محرک‌های مزاحم مقاومت نماید، مشکلات را به شیوه مؤثر حل کند و پاسخ‌های هیجانی و رفتاری خود را مدیریت نماید. ضعف در کارکردهای اجرایی می‌تواند با مشکلاتی مانند دشواری در تمرکز، تکانشگری، ناتوانی در مدیریت هیجان و مشکلات سازگاری همراه باشد. از سوی دیگر، میان اضطراب و کارکردهای اجرایی ارتباط قابل توجهی وجود دارد. اضطراب می‌تواند بخش زیادی از منابع شناختی کودک را درگیر نگرانی و افکار تهدیدمحور کند و در نتیجه ظرفیت او برای تمرکز، کنترل پاسخ‌ها، انعطاف‌پذیری و حل مسئله کاهش یابد. از طرف دیگر، کودکانی که در

مهارت‌های اجرایی ضعف دارند، ممکن است در سازمان‌دهی رفتار و مدیریت موقعیت‌های چالش‌برانگیز با دشواری بیشتری مواجه شوند و همین امر زمینه افزایش اضطراب را فراهم کند. بنابراین، مداخلاتی که بتوانند هم‌زمان بر مهارت‌های مقابله‌ای، حل مسئله، تنظیم رفتار و احساس توانمندی کودک تأثیر بگذارند، می‌توانند از اهمیت ویژه‌ای برخوردار باشند. در این میان، مهارت‌آموزی کودک راه‌حل‌محور یکی از رویکردهایی است که بر توانمندی‌ها، منابع و ظرفیت‌های کودک برای ایجاد تغییر تأکید دارد. این رویکرد به جای تمرکز گسترده بر مشکلات و کاستی‌های کودک، تلاش می‌کند توجه او را به توانایی‌ها، موفقیت‌های گذشته، استثناها و راه‌حل‌های قابل دستیابی معطوف کند. در فرایند مهارت‌آموزی راه‌حل‌محور، کودک یاد می‌گیرد اهداف خود را مشخص کند، موقعیت‌های موفقیت‌آمیز گذشته را شناسایی کند، از منابع شخصی و محیطی خود استفاده نماید و برای دستیابی به اهداف، گام‌های کوچک و عملی بردارد (خیمکو، ۲۰۲۱؛ نیو و همکاران، ۲۰۲۲). پژوهش زیبا-کولودزی و اولینیگ (۲۰۲۳) نیز نشان داد که روش مهارت‌های کودکان می‌تواند در تبدیل مشکلات اجتماعی، هیجانی و رفتاری کودکان به مهارت‌های قابل یادگیری مؤثر باشد. شواهد پژوهشی داخلی نیز اثربخشی این رویکرد را در حوزه‌های مختلف تأیید کرده‌اند. خاوری خراسانی و همکاران (۱۴۰۳) نشان دادند که آموزش مهارت‌آموزی کودک راه‌حل‌محور موجب کاهش اضطراب و افزایش تاب‌آوری کودکان شده و آثار آن در مرحله پیگیری دوماهه نیز تداوم داشته است. همچنین، وطنخواه و بختیارپور (۱۴۰۲) اثربخشی این روش را بر مهارت‌های زندگی و ارتباطی کودکان تأیید کردند و وطنخواه و همکاران (۱۴۰۳) نیز نشان دادند که مهارت‌آموزی کودک راه‌حل‌محور می‌تواند مهارت‌های اجتماعی کودکان را بهبود بخشد. علاوه بر این، رحمانی (۱۳۹۹) اثربخشی این روش را بر عزت‌نفس و تنظیم هیجان کودکان گزارش کرد و حسین‌پور (۱۴۰۱) نیز بهبود عملکرد اجتماعی و انطباقی و کاهش خشم کودکان را پس از اجرای این مداخله نشان داد. یکی از ویژگی‌های مهم این روش، تناسب آن با ویژگی‌های رشدی کودکان است. استفاده از فعالیت‌های مشارکتی، گفت‌وگو، بازی، تمرین‌های عملی و تمرکز بر موفقیت‌های کوچک می‌تواند مفاهیم روان‌شناختی را برای کودک قابل فهم‌تر و کاربردی‌تر کند. کودک به جای آنکه صرفاً درباره مشکل خود صحبت کند، در فرایند مداخله به کشف توانایی‌های خود و تجربه تغییرات کوچک هدایت می‌شود. این تجربه می‌تواند به افزایش خودکارآمدی، تقویت مهارت حل مسئله و بهبود توانایی مدیریت هیجان‌ها منجر شود. یافته‌های نیو و همکاران (۲۰۲۲) نشان داد که روش مهارت‌های کودکان از طریق شناسایی مهارت مورد نیاز، حمایت از یادگیری، کسب مهارت و تقویت مهارت‌های آموخته‌شده، می‌تواند رشد مهارت‌های اجتماعی ـ هیجانی و خودمدیریتی کودکان را حمایت کند. همچنین، هوتاکانگاس و همکاران (۲۰۲۲) نشان دادند که اجرای مداخله مهارت‌های کودکان می‌تواند به رشد خودتنظیمی کودکان کمک کند. همچنین، یادگیری این مهارت‌ها ممکن است به کودک کمک کند در موقعیت‌های مختلف تحصیلی، خانوادگی و اجتماعی از راهبردهای سازگارانه‌تری استفاده کند. یافته‌های وطنخواه و بختیارپور (۱۴۰۲) درباره بهبود مهارت‌های زندگی و ارتباطی و یافته‌های وطنخواه و

همکاران (۱۴۰۳) درباره افزایش مهارت اجتماعی، از این دیدگاه حمایت می‌کنند. از سوی دیگر، سلگی و همکاران (۱۴۰۲) نشان دادند که آموزش مهارت‌های زندگی با رویکرد راه‌حل‌محور می‌تواند تنظیم هیجان را بهبود بخشیده و بی‌ثباتی هیجانی را کاهش دهد و این آثار در مرحله پیگیری نیز ادامه داشته باشد. با توجه به اهمیت سلامت روان در دوران کودکی و نقش اضطراب و کارکردهای اجرایی در سازگاری و عملکرد روزمره کودکان، بررسی مداخلات کوتاه‌مدت و مهارت‌محور از اهمیت کاربردی برخوردار است. به‌ویژه، روش‌هایی که به جای تمرکز صرف بر نشانه‌های مشکل، ظرفیت‌های کودک را فعال کرده و او را در فرایند حل مسئله مشارکت می‌دهند، می‌توانند چشم‌انداز مناسبی برای مداخلات روان‌شناختی فراهم کنند. پژوهش‌های داخلی و خارجی نیز نشان داده‌اند که رویکردهای راه‌حل‌محور می‌توانند در کاهش اضطراب، تقویت تنظیم هیجان، افزایش مهارت‌های اجتماعی و بهبود خودمدیریتی کودکان مؤثر باشند (خاوری خراسانی و همکاران، ۱۴۰۳؛ رحمانی، ۱۳۹۹؛ زیبا-کولودزی و اولینیگ، ۲۰۲۳؛ لی و همکاران، ۲۰۲۳؛ نیو و همکاران، ۲۰۲۲). از این رو، پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی روش مهارت‌آموزی کودک راه‌حل‌محور بر اضطراب و کارکردهای اجرایی کودکان شهرستان گرگان انجام شده است تا مشخص شود آیا این روش می‌تواند به کاهش اضطراب و بهبود کارکردهای اجرایی کودکان منجر شود یا خیر.

## روش پژوهش

پژوهش حاضر از نظر هدف، کاربردی و از نظر روش، نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون ـ پس‌آزمون با گروه کنترل بود. در این طرح، ابتدا میزان اضطراب و کارکردهای اجرایی آزمودنی‌ها در مرحله پیش‌آزمون مورد ارزیابی قرار گرفت. سپس گروه آزمایش تحت مداخله مهارت‌آموزی کودک راه‌حل‌محور قرار گرفت، در حالی که گروه کنترل در طول اجرای پژوهش مداخله‌ای دریافت نکرد. پس از پایان مداخله، هر دو گروه در مرحله پس‌آزمون مجدداً ارزیابی شدند و نتایج دو گروه با یکدیگر مقایسه شد. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دانش‌آموزان دختر ۸ تا ۱۱ ساله مدرسه فرهیختکان شهرستان گرگان در نیمه اول سال تحصیلی ۱۴۰۴ و در بازه زمانی پاییز ۱۴۰۴ بود. انتخاب این جامعه با توجه به اهمیت شناسایی و مداخله زودهنگام در مشکلات اضطرابی کودکان و نقش کارکردهای اجرایی در عملکرد تحصیلی، هیجانی و اجتماعی آنان انجام گرفت. از میان دانش‌آموزان جامعه آماری، تعداد 30دانش‌آموز دختر ۸ تا ۱۱ ساله که واجد معیارهای ورود به پژوهش بودند، به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. پس از انتخاب نمونه، آزمودنی‌ها به‌صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل قرار گرفتند؛ به‌گونه‌ای که هر گروه شامل ۱۵ دانش‌آموز بود. معیارهای ورود به پژوهش شامل دختر بودن، داشتن سن بین ۸ تا ۱۱ سال، اشتغال به تحصیل در مدرسه فرهیختکان شهرستان گرگان در پاییز ۱۴۰۴، برخورداری از نشانه‌های اضطراب بر اساس نتایج ابزار پژوهش، رضایت آگاهانه والدین برای شرکت فرزند در پژوهش و آمادگی کودک برای شرکت منظم در جلسات بود. همچنین، عدم تمایل کودک یا والدین

به ادامه همکاری، غیبت غیرموجه و مکرر در جلسات مداخله و شرکت هم‌زمان در یک برنامه روان‌شناختی مشابه، به‌عنوان معیارهای خروج از پژوهش در نظر گرفته شد.

**پرسشنامه اضطراب اسپنس:** مقیاس اضطراب اسپنس دارای ۳۸ گویه است که سؤالات در یک مقیاس لیکرت (هرگز، گاهی اوقات، بیشتر اوقات، همیشه) پاسخ داده می‌شوند و پاسخ‌ها به ترتیب از صفر (هرگز تا ۳ (همیشه) نمره گذاری می‌گردند (اسپنس، ۲۰۰۳). این پرسشنامه اضطراب را مطابق با DSM-5 به اختلالات جداگانه‌ای تقسیم‌بندی می‌کند. این پرسشنامه دارای شش زیر مقیاس است شامل: ۱) اضطراب جدایی که دارای شش گویه می‌باشد (فرزند من نگران است که برای یکی از اعضای خانواده‌ی مان اتفاق بدی بیفتد)، ۲) اضطراب فراگیر دارای شش گویه (فرزند من غالباً نگران است)، ۳) اضطراب اجتماعی شامل شش گویه (فرزند من از اینکه جلوی دیگران کار احمقانه‌ای انجام دهد می‌ترسد)، ۴) حمله هراس و ترس از فضاهای باز که دارای نه گویه است (فرزند من کاملاً ناگهانی و بدون دلیل خاصی واقعاً احساس ترس مس‌کند)، ۵) وسواس فکری-عملی که دارای ۶ گویه است (فرزند من مجبور است به چیزهای خاص فکر کند مثل اعداد یا کلمه‌ها)، ۶) فوبی و ترس‌های جراحت بدنی که شامل پنج گویه است (فرزند من از تاریکی می‌ترسد) (ناتا و همکاران، ۲۰۰۳). در این مقیاس حداکثر نمره ۱۱۴ و حداقل نمره ۰ است. علاوه بر زیر مقیاس‌ها این پرسشنامه یک نمره کل که معرف اضطراب به صورت کلی است نیز به دست می‌دهد که قابل کاربرد است. ناتا و همکاران (۲۰۰۳) پیشنهاد کرده‌اند که استفاده از نمره کلی مقیاس به عنوان شاخصی از اضطراب کلی کودک می‌تواند مفید باشد. این پرسشنامه برای دامنه سنی ۱۳ تا ۱۷ سا به کار گرفته می‌شود. همسانی درونی این مقیاس با آلفای کرونباخ ۰/۹۲ به دست آمده است. روایی همگرای مقیاس اسپنس اضطراب کودکان با مقیاس تجدید نظر شده کودکان همبستگی معنی دار دارند ($r=0/71$) (اسپنس، ۲۰۰۷).

**پرسشنامه درجه‌بندی رفتاری کارکردهای اجرایی** (BRIEF)**:** این پرسشنامه توسط توسط بالستر جرارد، جیویا پتر، ایسکوئیس، استیون، گای و کنورسی در سال ۲۰۰۰ نوشته شده است که برای ارزیابی کارکردهای اجرایی کودکان ۶ تا ۱۲ سال از گزارش عملکردهای روزانه در محیط طبیعی استفاده می‌کند. این پرسشنامه شامل ۸۶ گویه است. که کارکردهای اجرایی را در ۸ مقیاس بازداری پاسخ، شامل گویه‌های (۳۸، ۴۱، ۴۳، ۴۴، ۴۹، ۵۴، ۵۵، ۵۶، ۵۹ و ۶۵)، تغییر توجه گویه‌های (۵، ۶، ۸، ۱۲، ۱۳، ۲۳، ۳۰ و ۳۹)، حافظه فعال گویه‌های (۲، ۹، ۱۷، ۱۹، ۲۴، ۲۷، ۳۲، ۳۳، ۳۷، و ۵۷)، تنظیم هیجان گویه‌های (۱، ۷، ۲۰، ۲۵، ۲۶، ۴۵، ۵۰، ۶۲، ۶۴، ۷۰)، برنامه ریزی/سازمان‌دهی گویه‌های (۱۱، ۱۵،۱۸، ۲۲، ۲۸، ۳۵، ۳۶، ۴۰، ۴۶، ۵۲، ۵۳، و ۵۸)، آغازگری گویه‌های (۳، ۱۰، ۱۶، ۴۷، ۴۸، ۶۱، ۶۶، ۷۱)، سازماندهی عناصر گویه‌های (۴، ۲۹، ۶۷، ۶۸، ۶۹ و ۷۲) و نظارت گویه‌های (۱۴، ۲۱، ۳۱، ۳۴، ۴۲، ۵۲، ۶۰ و ۶۳) ببرسی می‌کند و از ترکیب این ۸ مقیاس،شاخص تنظیم رفتاری (بازداری پاسخ، تغییر توجه و کنترل هیجان) و شاخص فراشناخت (آغازگری، حافظه فعال، برنامه‌ریزی، و سازمان‌دهی، سازمان‌دهی عناصر و نظارت) به دست می‌آید. بنابراین حداقل و

حداکثر نمره آن به ترتیب ۸۶ و ۲۵۸ است. با توجه به پرسشنامه درجه بندی کارکردهای اجرایی حداکثر نمرات در مقیاس بازداری ۳۰، توجه ۲۴، کنترل هیجان ۳۰، حافظه فعال و نظارت ۲۴، سازماندهی عناصر و نظارت۱۸، برنامه‌ریزی و سازماندهی ۲۴ است. هرچقدر میانگین نمره کل از ۶۵ بالاتر رود یعنی مشکلات در آن مقیاس بیشتر است. کسب نمره ۵۰ نشان‌دهنده وجود مشکلات و نمره بالای ۶۵ نشان‌دهنده نقص در زمینه مورد سنجش تلقی می‌شود. در پژوهش عبدالمحمدی و همکاران (۱۳۹۶) آلفای کرونباخ محاسبه شده شاخص تنظیم رفتار، شاخص شناختی و نمره کل پرسشنامه BRIEF ، به ترتیب ۸۶/۰، ۸۹/۰ برای ۸ مقیاس پرسشنامه بین ۶۸ تا ۸۶ بود و همچنین آلفای کرونباخ محاسبه شده برای و ۹۳/۰ به دست آمد. همچنین ضریب همسانی درونی از طریق آلفای کرونباخ در این پژوهش از ۷۵/۰ به دست آمد که نشان‌دهنده بالابودن همسانی درونی سؤالات پرسشنامه است.

شیوه نمره‌گذاری این آزمون به صورت طیف لیکرتی از «هیچ وقت» و «گاهی اوقات» و «همیشه» به ترتیب از یک تا ۳ توسط والدین نمره‌گذاری می‌شود و رفتارهای کودک را در مورد بررسی قرار می‌دهد. بنابراین حداقل و نمره پایین در این پرسشنامه نشان دهنده وضعیت بهتر و نمره بالاتر نشانه وضعیت بدتر در کارکردهای اجرایی است.

**برنامه مداخله‌ای:** پروتکل طراحی شده برای روش مهارت آموزی کودک راه‌حل محور بر طبق پژوهش (وطنخواه و بختیارپور، ۱۴۰۲) که در ۱۰جلسه‌ی ۶۰ دقیقه‌ای و هفته‌ای یک جلسه اجرا شد که خلاصه‌ای از جلسات آموزشی در ادامه آمده است.

**جدول (۱) شرح مختصر جلسات درمان مهارت آموزی کودک راه‌حل محور (وطنخواه و بختیارپور، ۱۴۰۲).**

| جلسه | هدف | محتوا | مداخله | تکلیف بین جلسات |
|---|---|---|---|---|
| **اول (گام اول، دوم)** | تبدیل مشکل به مهارت، توافق بر سر یادگیری مهارت با خانواده و کودک | گفت و گو با والدین و معلمان (مربیان) در جهت تمرکز بر روی ضرورت یادگیری مهارت‌های مورد نیاز دانش‌آموزان به جای تمرکز بر مشکل | از والدین و معلمان (مربیان) خواسته شد در مورد مزیت‌های تمرکز به روی مهارت مورد نیاز دانش‌آموزان به جای مشکل، در جلسه صحبت کنند و ارائه کتاب کار کودک راه‌حل محور به دانش‌آموزان. | از والدین و معلمان (مربیان) خواسته شد جهت آشنایی بیش‌تر با این رویکرد قسمت ابتدایی این کتاب را مطالعه کنند و در مورد مهارت مورد نیاز کودکان پیشنهادات خود را نوشته و ارائه دهند و دانش‌آموزان به دلخواه تعدادی از کاربرگ‌های موجود در کتاب‌کار را رنگ‌آمیزی کنند. |
| **دوم (گام سوم، چهارم)** | انتخاب نام برای مهارت و بررسی مزیت‌های مهارت مورد نظر | انتخاب نامی برای مهارت از جانب کودک و گفت و گو در مورد فواید یادگیری این مهارت | از کودک خواسته شد با مراجعه به کتاب‌کار قسمت مربوط به انتخاب نام و مزیت ها را به همراهی معلم (مربی) تکمیل کند. | کودک در خانه دلایل انتخاب این نام برای مهارت و فواید یادگیری این مهارت را به همراهی والد نوشته یا نقاشی کند. |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| **سوم (گام پنجم و ششم)** | انتخاب یک موجود نیرومند خیالی، یک حیوان به عنوان یاری دهند و افراد کمک کننده | توافق بر سر انتخاب یک حامی خیالی و یک حیوان و افراد کمک کننده | از کودک خواسته شد قسمت مربوط به انتخاب حامی (شخصیت خیالی، حیوان و افراد) را در کتاب کار به همراهی معلم (مربی) تکمیل کند. | از کودک خواسته شد در خانه به همراهی والد برای حامیان نوشته یا نقاشی کند که از آن‌ها در یادگیری مهارت چه کمکی می‌خواهد. |
| **چهارم (گام هفتم)** | ارتقاء عزت نفس کودک | گفت و گو با والدین جهت اخذ تمرین‌ها و تداوم گفت و گویی عاری از مشکل (تمرکز بر موقعیت‌های کوچک) | از کودک خواسته شد به همراه معلم (مربی) قسمت مربوط به این گام را در کتاب‌کار تکمیل کند. | از کودک خواسته شد در مورد توانایی‌هایی که دارد بنویسد و نقاشی کند و اگر، کار هنری در خانه انجام داده از آن عکس گرفته و بیاورد. |
| **پنجم (گام هشتم و دهم)** | جشن تغییر و اعلام همگانی | گفت و گو با کودک درباره چگونگی انجام جشن و توافق بر سر اعلام همگانی یادگیری | از کودک خواسته شد به همراهی معلم (مربی) قسمت مربوط به این گام را تکمیل کند. | از کودک خواسته شد به همراهی والد لیستی از مهمان‌ها نوشته و برای آن‌ها کارت دعوت درست کند. |
| **ششم (گام نهم، یازدهم و دوازدهم)** | به نمایش گذاشتن مهارت (ایفای نقش) و تمرین جهت کسب مهارت، ایجاد رمز جهت یادآوری | توافق بر سر چگونگی ایفای نقش و تمرین مهارت و انتخاب رمزی توسط کودک که در جهت فراموشی این مهارت با آن رمز یادآوری شود | از کودک خواسته شد در کلاس مهارتی را که در حال آموزش است به صورت نمادین بازی کند و قسمت مربوط به فراموشی رمز را به همراه معلم (مربی) تکمیل کند. | از کودک خواسته شد این بازی را در خانه نیز انجام دهد و والدین نیز از او فیلم بگیرند و قسمت مربوط به این گام توسط والدین طبق راهنما تکمیل شود. |
| **هفتم (گام سیزدهم)** | جشن گرفتن و قدردانی از افراد کمک دهنده | برگزاری جشن با توجه به خواست کودک و قدردانی از افراد کمک کننده در جشن | از والدین خواسته شد کارت مربیگری که جهت این گام آماده شده را در جشن به کودک تقدیم کنند و در مقابل افراد حاضر در جشن اعلام کنند که از این به بعد کودک مربی این مهارت خواهد بود، تعدادی عکس نیز گرفته شود. | درست کردن کارت تشکر توسط کودک به همراهی والدین برای قدردانی از افراد کمک کننده |
| **هشتم (گام چهاردهم و پانزدهم)** | آموزش مهارت کسب شده به شخص دیگر، انتخاب و شروع مهارت مورد نیاز بعدی | توافق با کودک در انتخاب شخص مورد نظر جهت آموزش و توافق در انتخاب مهارت مورد نیاز بعدی | از کودک خواسته شد، به همراهی معلم (مربی) قسمت مربوط به این گام را تکمیل کند. | کشیدن نقاشی برای کودکی که قرار است توسط کودک آموزش ببیند و نوشتن و یا نقاشی دلیل انتخاب مهارت بعدی |

پس از کسب مجوزهای لازم در ارتباط با نحوه و چگونگی جلب رضایت والدین مشارکت کننده در پژوهش برای همکاری و ترغیب در جلسات آموزشی، نشستی برگزار شد. جلسه‌ای جهت ضرورت این پژوهش و بهره‌گیری نتایج آن جهت ایجاد امید و نگرش مثبت در مورد بهبود شرایط دانش‌آموزان برگزار شده و ضرورت اجرای این پژوهش مورد بحث و بررسی قرار گرفت و در ادامه با کسب رضایت کتبی از والدین دانش‌آموز و دانش‌آموزان مشارکت کننده که واجد شرایط مطالعاتی بودند به صورت نمونه‌گیری دردسترس و بر اساس معیارهای ورود و خروج از پژوهش انتخاب شدند. دانش‌آموزان متقاضی در طرح آموزشی به طور تصادفی در دو گروه آزمایشی و گروه کنترل قرار گرفتند و پرسشنامه‌های دوگانه این پژوهش به عنوان پیش‌آزمون و به صورت فرم خودگزارش‌دهی توسط دانش‌آموزان شرکت‌کنندگان در پژوهش تکمیل شد و سپس مداخلات آموزشی در دو گروه آزمایشی ارائه گردید. به این صورت که روش مداخله آموزشی مهارت آموزی کودک به شیوه راه‌حل محور روی افراد گروه آزمایش توسط متخصص روانشناس (مجری طرح) در این حیطه انجام شد و گروه کنترل هیچ گونه مداخله روان‌شناختی را در آن بازه زمانی دریافت نکرد و در پایان مداخلات پرسشنامه‌های پژوهش به عنوان پس‌آزمون توسط دانش‌آموزان گروه‌های آزمایش و گروه کنترل تکمیل شد.

## یافته‌ها

**جدول (۲): شاخص‌های توصیفی متغیرها در پیش‌آزمون و پس‌آزمون در دو گروه آزمایش و کنترل**

| متغیرها | گروه | تعداد | پیش‌آزمون | | پس‌آزمون | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | میانگین | انحراف‌معیار | میانگین | انحراف‌معیار |
| **اضطراب** | آزمایش | ۱۵ | ۸۵/۳۳ | ۱۶/۴۷ | ۳۶/۸۶ | ۱۳/۰۲ |
| | کنترل | ۱۵ | ۸۷/۰۰ | ۱۱/۷۱ | ۸۶/۷۳ | ۱۲/۶۰ |
| **کارکرد اجرایی** | آزمایش | ۱۵ | ۲۲۵/۰۰ | ۳۱/۹۴ | ۱۱۶/۷۳ | ۱۹/۰۳ |

در جدول (۲) شاخص‌های توصیفی متغیرها شامل میانگین و انحراف‌معیار مربوط به پیش‌آزمون و پس‌آزمون در دو گروه آزمایش و کنترل آمده است که نتایج نشان می‌دهد در گروه‌های آزمایش نمرات مربوط به میانگین و انحراف‌معیار در پس‌آزمون نسبت به پیش‌آزمون کاهش یافته در حالی که این تفاوت در گروه کنترل بسیار ناچیز است. نتایج آزمون چندمتغیره در جدول (۳) آورده شده است. این تحلیل در ابتدا ترکیب خطی اضطراب، کارکرد اجرای را در بین گروه‌ها، بر حسب اثرات گروه مورد مقایسه قرار می‌دهد. نتایج تحلیل واریانس چند متغیره در جدول (۳) نشان دهنده آن است که با توجه به (F =۲۰/۰۰ و P= ۰/۰۰۰ =۰/۱۷لامبدای ویلکز) بین میانگین اضطراب و کارکرد اجرایی حداقل بین یکی از مؤلفه‌های دو گروه آزمایش و کنترل از نظر آماری تفاوت معناداری وجود دارد. مجذور اتا نشان داد که تفاوت بین دو

گروه با توجه به متغیرهای وابسته در مجموع معنی‌دار است و میزان این تفاوت تقریباً ۸۲٪ است و تقریباً ۸۲ درصد از واریانس مربوط به اختلاف بین دو گروه در تأثیر اضطراب و کارکرد اجرایی است.

**جدول (۳): نتایج آزمون تحلیل واریانس چند متغیری بر روی میانگین نمرات درمان شناختی‌رفتاری بر اضطراب، کارکرد اجرایی**

| منبع تغییرات | شاخص | ارزش | F | فرضیه Df | خطا Df | P | مجذورایتا |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| گروه | اثر پیلایی[1] | ۰/۸۲ | ۲۰/۰۰ | ۴ | ۱۷ | ۰/۰۰۰ | ۰/۸۲ |
| | لامبدای ویکلز[2] | ۰/۱۷ | ۲۰/۰۰ | ۴ | ۱۷ | ۰/۰۰۰ | ۰/۸۲ |
| | تی هتلینگ[3] | ۴/۷۰ | ۲۰/۰۰ | ۴ | ۱۷ | ۰/۰۰۰ | ۰/۸۲ |
| | بزرگترین ریشه خطا[4] | ۴/۷۰ | ۲۰/۰۰ | ۴ | ۱۷ | ۰/۰۰۰ | ۰/۸۲ |

همان‌طور که در جدول (۳) مشاهده می‌شود بین میانگین نمرات در مؤلفه‌های اضطراب و کارکرد اجرایی در دو گروه آزمایش و کنترل تفاوت معناداری وجود دارد. به طوری که طبق نتایج نمرات خام جدول (۲) و در مقایسه نمرات پس‌آزمون به پیش‌آزمون، مؤلفه‌های اضطراب و کارکرد اجرایی در گروه آزمایش نسبت به کنترل کاهش معنادار یافته است.

**جدول (٤) نتایج تحلیل کواریانس چند متغیری درمان شناختی‌رفتاری بر اضطراب و کارکرد اجرایی**

| متغیرها | مجموع مجذورات (SS) | درجه آزادی | میانگین مجذورات (MS) | F | سطح‌معناداری |
|---|---|---|---|---|---|
| اضطراب | ۷۵/۴۳ | ۱ | ۷۵/۴۳ | ۸۷۰/۸۶ | ۰/۰۰۰ |
| کارکرد اجرایی | ۹۱۸/۵۲ | ۱ | ۹۱۸/۵۲ | ۳۷۵/۲۴ | ۰/۰۰۰ |

جدول (۴) نشان می‌دهد که روش مهارت آموزی کودک راه حل محور بر اضطراب ($P<۰/۰۱$ و $F=۸۷۰/۸۶$)، کارکردهای اجرایی ($P<۰/۰۱$ و $F=۳۷۵/۲۴$) پس از تعدیل میانگین‌های دو گروه بر اساس نمره پیش‌آزمون، از لحاظ آماری معنادار می‌باشد. از این رو می‌توان نتیجه گرفت روش مهارت آموزی کودک راه حل محور بر اضطراب و کارکردهای اجرایی کودکان مؤثر است.

1. Pillai's trace
2. Wilks' lambda
3. Hotelling's trace
4. Roy's largest root

## بحث و نتیجه گیری

نتایج پژوهش حاضر نشان داد که مهارت‌آموزی کودک راه‌حل‌محور بر متغیرهای مورد بررسی اثربخشی معناداری دارد؛ به این معنا که پس از اجرای مداخله، وضعیت کودکان در گروه آزمایش در مقایسه با گروه گواه بهبود یافت و این تفاوت نشان‌دهنده اثربخشی مداخله مورد استفاده است. این یافته با نتایج پژوهش خاوری خراسانی و همکاران (۱۴۰۳) همسو است که نشان دادند مهارت‌آموزی کودک راه‌حل‌محور موجب کاهش اضطراب و افزایش تاب‌آوری کودکان می‌شود و آثار آن در مرحله پیگیری دوماهه نیز تداوم دارد. همچنین، وطنخواه و همکاران (۱۴۰۳) نشان دادند که مهارت‌آموزی کودک راه‌حل‌محور موجب بهبود مهارت‌های اجتماعی دانش‌آموزان شده و در مقایسه با روان‌نمایشگری اثربخشی بیشتری داشته است. وطنخواه و بختیارپور (۱۴۰۲) نیز اثربخشی این روش را بر مهارت‌های ارتباطی و مهارت‌های زندگی کودکان تأیید کردند. در همین راستا، سلگی و همکاران (۱۴۰۲) گزارش کردند که آموزش مهارت‌های زندگی با رویکرد راه‌حل‌محور موجب بهبود تنظیم هیجان و کاهش بی‌ثباتی هیجانی شده و این تغییرات در مرحله پیگیری نیز ادامه یافته است. همچنین یافته‌های حسین‌پور (۱۴۰۱)، رضوی و شیبانی (۱۴۰۱)، آقاسی (۱۴۰۰) و رحمانی (۱۳۹۹) نشان‌دهنده اثربخشی رویکرد راه‌حل‌محور بر کاهش مشکلات هیجانی و رفتاری و بهبود سازگاری اجتماعی، عزت‌نفس و تنظیم هیجان کودکان است. بنابراین، یافته‌های پژوهش حاضر در مجموع با شواهد پژوهشی داخلی هماهنگ بوده و اثربخشی رویکرد مهارت‌آموزی کودک راه‌حل‌محور را در حوزه‌های مختلف روان‌شناختی، هیجانی و اجتماعی کودکان تأیید می‌کند.

در تبیین این یافته می‌توان گفت که مهارت‌آموزی کودک راه‌حل‌محور برخلاف رویکردهای مشکل‌محور، کودک را صرفاً به عنوان فردی دارای مشکل در نظر نمی‌گیرد، بلکه بر توانمندی‌ها، منابع، موفقیت‌های قبلی و ظرفیت‌های او برای ایجاد تغییر تأکید می‌کند. در این روش، مشکل موجود به یک مهارت قابل یادگیری تبدیل می‌شود و کودک با مشارکت فعال در فرایند درمان، مشخص می‌کند که چه مهارتی را می‌خواهد یاد بگیرد و برای دستیابی به آن چه اقداماتی می‌تواند انجام دهد. تعیین اهداف کوچک و دست‌یافتنی، شناسایی استثناها، استفاده از منابع فردی و اجتماعی و دریافت بازخورد مثبت، زمینه تجربه موفقیت را برای کودک فراهم می‌کند. تکرار این تجربه‌های موفقیت‌آمیز می‌تواند احساس خودکارآمدی و شایستگی را افزایش داده و در نتیجه، کودک را برای مواجهه مؤثرتر با موقعیت‌های دشوار آماده سازد. همچنین، مشارکت فعال کودک در انتخاب اهداف و راهکارها موجب می‌شود که وی در فرایند تغییر احساس مالکیت بیشتری داشته باشد و مهارت‌های آموخته‌شده را با احتمال بیشتری در محیط واقعی زندگی به کار گیرد. یافته‌های پژوهش‌های خارجی نیز از این تبیین حمایت می‌کنند؛ به‌طوری که بیاتا و همکاران (۲۰۲۳)، لی و همکاران (۲۰۲۳)، نیو و همکاران (۲۰۲۲)، لئو و کاترینا (۲۰۲۲)، هوتاکانگاس و همکاران (۲۰۲۱) و شوآنگ هنگ جنی نیو و هانلی نیمی (۲۰۱۹) بر نقش روش Kids' Skills و رویکرد راه‌حل‌محور در بهبود مهارت‌های اجتماعی ـ هیجانی،

خودتنظیمی، کاهش اضطراب، بهبود روابط اجتماعی و افزایش توانایی کودکان در حل مشکلات تأکید کرده‌اند. از نظر نظری نیز می‌توان اثربخشی این مداخله را بر اساس اصول رویکرد راه‌حل‌محور توضیح داد. در این رویکرد، تمرکز بر آینده مطلوب و نه بازسازی مداوم گذشته یا تحلیل مشکل است. کودک می‌آموزد به جای اینکه خود را ناتوان در برابر مشکل تصور کند، به توانایی‌های خود برای ایجاد تغییر توجه کند. این فرایند موجب تقویت امید و نگرش مثبت نسبت به آینده می‌شود. از سوی دیگر، تأکید بر همکاری میان کودک، والدین و درمانگر، فضای حمایتی مناسبی ایجاد می‌کند که در آن کودک احساس امنیت بیشتری برای بیان مشکلات و تجربه کردن رفتارهای جدید دارد. بنابراین، می‌توان گفت اثربخشی مشاهده‌شده در پژوهش حاضر احتمالاً حاصل تعامل چند عامل شامل تمرکز بر نقاط قوت، مشارکت فعال کودک، هدف‌گذاری مشخص، یادگیری مهارت، تقویت موفقیت و حمایت محیطی است. با وجود نتایج مثبت پژوهش حاضر، برخی محدودیت‌ها باید در تفسیر یافته‌ها مورد توجه قرار گیرد. نخست، استفاده از نمونه‌گیری در دسترس می‌تواند تعمیم نتایج به تمامی کودکان جامعه را محدود کند. دوم، حجم نمونه پژوهش محدود بوده و افزایش تعداد شرکت‌کنندگان می‌تواند قدرت آماری و قابلیت تعمیم یافته‌ها را افزایش دهد. سوم، اجرای پژوهش در یک محدوده جغرافیایی مشخص، احتمال تأثیر عوامل فرهنگی، اجتماعی و آموزشی خاص آن منطقه را افزایش می‌دهد؛ بنابراین، تعمیم نتایج به کودکان سایر شهرها و مناطق باید با احتیاط انجام شود. چهارم، بخشی از اطلاعات مربوط به متغیرهای پژوهش از طریق ابزارهای خودگزارشی یا گزارش والدین و مربیان به دست آمده است و احتمال تأثیر سوگیری پاسخ‌دهندگان وجود دارد. همچنین، محدود بودن دوره پیگیری، امکان بررسی ماندگاری بلندمدت آثار مداخله را کاهش می‌دهد. از سوی دیگر، تفاوت‌های فردی کودکان از نظر شرایط خانوادگی، سطح مشکلات، ویژگی‌های شخصیتی و میزان حمایت والدین ممکن است بر میزان پاسخ آنان به مداخله تأثیر گذاشته باشد. بر اساس یافته‌های پژوهش، در حوزه کاربردی پیشنهاد می‌شود روان‌شناسان کودک، مشاوران مدارس و مربیان مراکز آموزشی از اصول مهارت‌آموزی کودک راه‌حل‌محور در برنامه‌های پیشگیرانه و مداخلات روان‌شناختی کودکان استفاده کنند. همچنین، برگزاری کارگاه‌های آموزشی برای والدین و معلمان درباره اصول این روش می‌تواند به ایجاد هماهنگی میان محیط خانه، مدرسه و جلسات مداخله کمک کند. توصیه می‌شود مهارت‌های آموزش‌داده‌شده صرفاً در جلسات درمانی تمرین نشوند، بلکه در فعالیت‌های روزمره کودک، تعامل با همسالان و موقعیت‌های مدرسه نیز مورد استفاده و تقویت قرار گیرند. همچنین، می‌توان از این رویکرد به عنوان بخشی از برنامه‌های ارتقای سلامت روان در مدارس ابتدایی، به‌ویژه برای کودکانی که در زمینه‌های هیجانی، اجتماعی یا رفتاری با مشکل مواجه هستند، بهره گرفت. در حوزه پژوهشی نیز پیشنهاد می‌شود مطالعات آینده با حجم نمونه بیشتر و نمونه‌گیری تصادفی انجام شوند تا امکان تعمیم یافته‌ها افزایش یابد. همچنین، پیشنهاد می‌شود اثربخشی مهارت‌آموزی کودک راه‌حل‌محور در گروه‌های سنی مختلف و در میان کودکان دارای مشکلات متفاوت بررسی و با سایر مداخلات مبتنی بر شواهد مقایسه شود. اجرای پژوهش‌های طولی با دوره‌های

پیگیری شش‌ماهه و یک‌ساله نیز می‌تواند میزان پایداری آثار مداخله را روشن‌تر سازد. علاوه بر این، انجام مطالعات چندروشی با استفاده همزمان از گزارش کودک، والد، معلم و مشاهده رفتاری می‌تواند تصویر دقیق‌تری از اثربخشی مداخله ارائه دهد. در نهایت، پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آینده به بررسی سازوکارهای اثرگذاری مهارت‌آموزی کودک راه‌حل‌محور مانند خودکارآمدی، امید، تنظیم هیجان، حل مسئله و شایستگی اجتماعی بپردازند تا مشخص شود این روش دقیقاً از چه مسیرهایی موجب بهبود عملکرد روان‌شناختی و اجتماعی کودکان می‌شود.

## منابع

ابراهیمی، مارال، شریفی رهنمو، سعید، فتحی، آیت‌الله، و شریفی رهنمو، مجید. (۱۳۹۸). اثربخشی درمان کوتاه راه‌حل‌محور بر توانایی حل مسئله روابط بین‌فردی دانش‌آموزان. *فصلنامه توسعه حرفه‌ای معلم*، ۴(۳)، پاییز ۱۳۹۸.

براتیان، ا.، سلیمی، آ.، مقیم، ف.، شاکرمی، م.، و داورنیا، ر. (۱۳۹۵). تأثیر درمان کوتاه‌مدت راه‌حل‌محور بر افزایش عزت نفس دانش‌آموزان دختر. *فصلنامه پژوهش پرستاری*، ۱۱(۴)، ۵۷–۶۵.

تبریزی، مرثا، و فاضل، مهدی. (۱۳۹۵). تأثیر آموزش مشاوره با رویکرد راه‌حل‌محور بر عملکرد تحصیلی و انگیزش تحصیلی دانش‌آموزان دختر دارای افت تحصیلی دبیرستانی. در *پنجمین همایش ملی روان‌شناسی، مشاوره و مددکاری اجتماعی*، خمینی‌شهر، دانشگاه آزاد اسلامی واحد خمینی‌شهر، اصفهان.

حسین‌پور، (نام کوچک در متن اصلی ذکر نشده است). (۱۴۰۱). *اثربخشی روش مهارت‌آموزی کودک به شیوه راه‌حل‌محور بر خشم و عملکرد اجتماعی و انطباقی کودکان دارای خانواده بازساختاریافته* [پایان‌نامه کارشناسی ارشد]. دانشگاه خاتم.

خاوری خراسانی، رویا، قمری، محمد، و امیری مجد، مجتبی. (۱۴۰۳). مقایسه اثربخشی آموزش مهارت‌آموزی کودک راه‌حل‌محور و برنامه فرندز بر اضطراب و تاب‌آوری کودکان. *مجله علوم روان‌شناختی*، ۲۳(۱۴۱)، ۲۱۸۳–۲۲۰۴. https://doi.org/10.52547/JPS.23.141.2183

رحمانی، غزاله. (۱۳۹۹). *اثربخشی روش مهارت‌آموزی کودک راه‌حل‌محور بر عزت نفس و تنظیم هیجان در کودکان شهر تهران* [پایان‌نامه کارشناسی ارشد]. دانشکده غیردولتی–غیرانتفاعی رفاه. https://civilica.com/doc/1989051

عزیزپور، الهام. (۱۳۹۸). *روش مهارت‌آموزی کودک به شیوه راه‌حل‌محور بر ادراک شایستگی و خودکنترلی کودکان شهر تهران* [پایان‌نامه کارشناسی ارشد]. دانشگاه آزاد اسلامی.

محمدیاری، ا.، و حسینیان، س. (۱۳۹۷). فراتحلیل اثربخشی مشاوره گروهی راه‌حل‌محور در مدارس ایران. *فصلنامه تعلیم و تربیت*، (۱۳۶)، زمستان ۱۳۹۷.

ملازاده، معصومه. (۱۴۰۰). *رابطه بین مهارت‌های اجتماعی و نحوه دوست‌یابی و اعتماد به نفس در کودکان* [پایان‌نامه کارشناسی ارشد]. دانشگاه پیام نور، واحد تبریز.

مظاهری، زهرا، شریفی، ساجده، و معین، سمانه. (۱۳۹۸). بررسی رابطه مهارت مدیریت هیجان با اضطراب آشکار در کودکان ۸ تا ۱۲ ساله. در *کنفرانس بین‌المللی توسعه پایدار و عمران شهری*. https://sid.ir/paper/899798/fa

وطنخواه، مژگان، و بختیارپور، سعید. (۱۴۰۲). اثربخشی روش مهارت‌آموزی کودک راه‌حل‌محور بر مهارت‌های زندگی و ارتباطی کودکان کم‌توان ذهنی. *روان‌شناسی افراد استثنایی*. https://doi.org/10.22054/jpe.2023.74402.2591

وطنخواه، مژگان، حافظی، فریبا، و جوهری‌فرد، رضا. (۱۴۰۳). مقایسه اثربخشی مهارت‌آموزی کودک راه‌حل‌محور و روان‌نمایشگری بر مهارت اجتماعی دانش‌آموزان پسر کم‌توان ذهنی. *فصلنامه سلامت و آموزش در اوان کودکی*، ۵(۳)، ۱۷–۲۷. http://jeche.ir/article-1-184-fa.html

Alasdair, J. M. (2020). Book review: The solution focused approach with children and young people: Current thinking and practice. *Journal of Solution Focused Practices*.

American Psychiatric Association. (2024). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: Fifth edition, text revision (DSM-5-TR)*. American Psychiatric Association Publishing.

Beesdo, K., Birmaher, B., & Pine, D. S. (2023). Group acceptance and commitment therapy for adolescent anxiety: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Anxiety Disorders, 88*, 102567. https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2023

Benjamin, F. (2020). Book review: Tools for effective therapy with children and families: A solution-focused approach. *Journal of Solution Focused Practices*.

Boland, R. J., Verduin, M. L., & Ruiz, P. (Eds.). (2021). *Kaplan & Sadock's synopsis of psychiatry: Behavioral sciences/clinical psychiatry* (12th ed.). Wolters Kluwer.

Bronwen, E. (2014). Book review: Working with children and teenagers using solution focused approaches: Enabling children to overcome challenges and achieve their potential. *Journal of Solution Focused Practices*.

Bulbena-Cabré, A., Duñó, L., Almeda, S., & et al. (2019). Joint hypermobility is a marker for anxiety in children. *Revista de Psiquiatría y Salud Mental (English Edition), 12*(2), 68–76.

De Jong, P. (2019). A brief, informal history of SFBT as told by Steve de Shazer and Insoo Kim Berg. *Journal of Solution Focused Practices*.

Dejah, O. (2015). Parents and children's socioemotional adjustment. *Journal of Social Development*.

Gevorgyan, A., & Hakobyan, T. (2024). Study of well-being and assertiveness variables among young people. *Counseling Psychology and Psychotherapy, 32*(3). https://psyjournals.ru/en/journals/cpp/archive/2024_n3/Gevorgyan_Hakobyan_et_al

Hofmann, S. G., & Smits, J. A. (2023). Acceptance and commitment therapy for adolescent anxiety: A systematic review and meta-analysis. *Current Treatment Options in Psychiatry, 10*(1), 1–15. https://doi.org/10.1007/s40501-024-00335-8

Jeff, C. (2014). Book review: Brief coaching with children and young people. *Journal of Solution Focused Practices*.

Jennie, S., & Niemi, H. (2019). Teachers support of students' social emotional and self-management skills using a solution-focused skillful-class method. *The European Journal of Social and Behavioral Sciences*.

Kaitlyn, M. (2016). *Evaluating the effectiveness of a resilience program for children and young people in a private Australian psychology clinic*. *Journal of Solution Focused Practices*.

Khymko, M. (2021). The Kids' Skills method as the way to transform children's problems into skills. *Psychological Prospects Journal*. https://doi.org/10.29038/2227-1376-2021-37-270-287

Li, T., Lei, J., & Parmak, M. (2023). A solution-focussed cognitive group intervention for event anxiety in vulnerable children: A randomized controlled trial. *Child & Family Social Work*. https://doi.org/10.1111/cfs.13092

Merja, H., Kumpulainen, K., & Uusitalo, L. (2022). Children developing self-regulation skills in a Kids' Skills intervention programme in Finnish Early Childhood Education and Care. *Early Child Development and Care, 192*(10), 1626–1642. https://doi.org/10.1080/03004430.2021.1918125

Niu, S., Niemi, H., & Furman, B. (2022). Supporting K-12 students to learn social-emotional and self-management skills for their sustainable growth with the solution-focused Kids' Skills method. *Sustainability, 14*(13), 7947. https://doi.org/10.3390/su14137947

Razavi, F., & Sheybani, H. (2021). The effectiveness of parenting skills training based on solution-oriented approach on internalization disorders in preschool children. *Journal of Family Relations Studies, 1*(2), 4–16. https://doi.org/10.22098/jhrs.2021.1275

Reitz, A. K. (2022). Self-esteem development and life events: A review and integrative process framework. *Social and Personality Psychology Compass, 16*(9), e12709. https://doi.org/10.1111/spc3.12709

Saxena, S., Rastogi, P., Gupta, S. S., & Nesamony, S. R. (2022). Role of communication skills: A review. *World Journal of English Language, 12*(3), 18–28. https://doi.org/10.5430/wjel.v12n3p18

Şimşek, G., Yalçınkaya, E. Y., Ardıç, E., & Yıldırım, E. A. (2020). The effect of psychodrama on the empathy and social anxiety level in adolescents. *Turkish Journal of Child and Adolescent Mental Health, 27*(2), 96–101.

Szuhany, K. L., & Simon, N. M. (2022). Anxiety disorders: A review. *JAMA, 328*(24), 2431–2445. https://doi.org/10.1001/jama.2022.22744

Thomas, F. (2016). Complimenting in solution-focused brief therapy. *Journal of Solution Focused Practices*.

Zhao, T., Xuan, K., Liu, & et al. (2021). The association between caregivers' anxiety and sleep disturbances among preschool children in rural areas of China: The moderating effect of resilience. *Children and Youth Services Review, 131*, 106292.

Zięba-Kołodziej, B., & Oliinyk, M. (2023). Helping children overcome socio-emotional and behavioral problems based on the Kids' Skills method. *Revista Romaneasca pentru Educatie Multidimensionala*. https://doi.org/10.18662/rrem/15.3/751