JOURNAL OF A New Approach in Teaching and Learning

https://www.jnael.ir

Volume 2, Issue 2, Summer 2026, Pages 18 to 31

eISSN: 3150-4078

Original Article (Quantitative)

The Effectiveness of Problem-Solving Skills Training on Perceived Stress and Tolerance of Ambiguity among Mothers of Elementary School Students

Somayeh Habibpoor, Zeinab Asadi

Department of Psychology, Neka Branch, Islamic Azad University, Neka, Iran.

Receive:
29 March 2026
Revise:
27 April 2026
Accept:
21 May 2026

Keywords:
Perceived Stress, Tolerance of Ambiguity, Problem-Solving Skills Training, Mothers, Elementary School Students.

Abstract

The present study aimed to investigate the effectiveness of problem-solving skills training on perceived stress and tolerance of ambiguity among mothers of elementary school students. This applied study employed a quasi-experimental design using a pretest–posttest format with a control group and a two-month follow-up assessment. The statistical population consisted of mothers of elementary school students in Behshahr, Iran, during the 1404–1405 academic period. A sample of 40 mothers was selected through purposive sampling based on the inclusion and exclusion criteria and was randomly assigned to either an experimental group (n = 20) or a control group (n = 20). Data were collected using the Perceived Stress Scale (PSS) developed by Cohen, Kamarck, and Mermelstein (1983) and the Multiple Stimulus Types Ambiguity Tolerance Scale (MSTAT-I) developed by McLain (1993). The experimental group received the problem-solving skills training program based on the model developed by D'Zurilla and Goldfried (1971). Data were analyzed using repeated-measures analysis of variance (ANOVA) in SPSS version 26. The findings indicated significant differences in perceived stress and tolerance of ambiguity scores between the pretest and posttest as well as between the pretest and the two-month follow-up, demonstrating improved performance among mothers following the intervention. However, no significant difference was found between the posttest and follow-up assessments, indicating the stability of the intervention effects over time ($p < .01$). In conclusion, problem-solving skills training is effective in reducing perceived stress and improving tolerance of ambiguity among mothers of elementary school students. Therefore, this educational approach can be employed as an effective intervention to enhance psychological well-being in this population.

Please cite this article as (APA): Habibpoor, S. & Asadi, Z. (2026). The Effectiveness of Problem-Solving Skills Training on Perceived Stress and Tolerance of Ambiguity among Mothers of Elementary School Students. New Approach in Teaching and Learning, 2(2), 18-31.

https://doi.org/10.22034/jnael.2027.251366

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: Somayeh Habibpoor **Email:** somayeh_habibpoor@yahoo.com

فصلنامه رهیافتی نو در آموزش و یادگیری

https://www.jnael.ir

دوره ۲، شماره ۲، تابستان ۱۴۰۵، صفحات ۱۸ تا ۳۱

eISSN: 3150-4078

علمی پژوهشی (کمی)

اثربخشی مهارت حل مسأله بر استرس ادراک شده و تحمل ابهام مادران دانش‌آموزان دبستان

سمیه حبیب‌پور، زینب اسدی

گروه روانشناسی، واحد نکا، دانشگاه آزاد اسلامی، نکا، ایران.

تاریخ دریافت:
۰۹ فروردین ۱۴۰۵

تاریخ بازنگری:
۰۷ اردیبهشت ۱۴۰۵

تاریخ پذیرش:
۳۱ اردیبهشت ۱۴۰۵

کلید واژه‌ها:
استرس ادراک شده،
تحمل ابهام،
آموزش مهارت حل مسأله،
مادران.

چکیده

پژوهش حاضر با هدف اثربخشی مهارت حل مسأله بر استرس ادراک شده و تحمل ابهام مادران دانش‌آموزان دبستان اجرا شد. این پژوهش از نوع طرحهای نیمه‌آزمایشی با طرح پیش آزمون پس آزمون با گروه کنترل و پیگیری دو ماهه بود و از منظر هدف کاربردی است. جامعه آماری این پژوهش را مادران دانش‌آموزان مدارس ابتدایی شهر بهشهر در بازه زمانی ۰۵-۱۴۰۴ تشکیل می‌دهند. نمونه مورد نظر ۴۰ مادر که با توجه به ملاک‌های ورود و خروج از پژوهش با روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب شده و به صورت تصادفی ساده در دو گروه ۲۰ نفره جایگماری شدند. جهت جمع‌آوری اطلاعات از پرسشنامه استرس ادراک شده توسط کوهن، کمارک و مرملستین (۱۹۸۳) و پرسشنامه‌ی تحمل ابهام مک لین (۱۹۹۳)، بهره برده شد. برای گروه آزمایش دستورالعمل‌ها و تکنیک‌های بسته‌ی آموزشی متعلق دزوریلا و گلدفرید است (۱۹۷۱) ارائه شده است و برای تجزیه و تحلیل اطلاعات به دست آمده از تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر در نرم افزار SPSS نسخه ۲۶ بهره برده شد. نتایج نشان داد بین نمرات آموزش مهارت حل مسأله بر استرس ادراک شده و تحمل ابهام مادران دانش‌آموزان دبستان در مراحل پیش‌آزمون با پس‌آزمون، پیش‌آزمون با پیگیری تفاوت معنی دار وجود دارد و این تفاوت، عملکرد بهتر مادران را نسبت به مرحله پیش‌آزمون نشان داد و تفاوت بین پس‌آزمون با پیگیری معنی دار نمی‌باشد که ناشی از ثبات درمان است ($P<۰/۰۱$). از این رو می‌توان نتیجه گرفت آموزش مهارت حل مسأله بر استرس ادراک شده و تحمل ابهام مادران دانش‌آموزان دبستان تأثیر گذار است. در نتیجه از این رویکرد آموزشی می‌توان در جهت بهبود بر استرس ادراک شده و تحمل ابهام مادران دانش‌آموزان دبستان بهره برد.

لطفاً به این مقاله استناد کنید (APA): حبیب‌پور، سمیه و اسدی، زینب. (۱۴۰۵). اثربخشی مهارت حل مسأله بر استرس ادراک شده و تحمل ابهام مادران دانش‌آموزان دبستان. فصلنامه رهیافتی نو در آموزش و یادگیری، ۲(۲)، ۱۸-۳۱.

https://doi.org/10.22034/jnael.2027.251366

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

نویسنده مسئول: سمیه حبیب‌پور

ایمیل: somayeh_habibpoor@yahoo.com

مقدمه

خانواده یک نظام اجتماعی است که خصوصیات خاص خود را دارا است. نظام خانواده شامل مجموعه‌ای از قواعد و اصول است و برای هر یک از اعضای خود، نقش‌های متفاوتی را مشخص می‌کند (کوثری و همکاران، ۱۴۰۲). در بین اعضای خانواده بدون شک والدین بالاخص مادر در رشد جسمانی و هیجانی کودک نقش عمده و اصلی را ایفا می‌کنند (طاهری و همکاران، ۱۴۰۲) و مادر نخستین شخصیتی است که با کودک نه تنها در دوران جنینی، بلکه در این جهان رابطه مستقیم و تنگاتنگ دارد (کهساری، ۱۴۰۲). مادران، به عنوان اصلی‌ترین مراقبان و تربیت‌کنندگان فرزندان، نقش مهمی در رشد روانی، اجتماعی و تحصیلی کودکان ایفا می‌کنند (باقری و همکاران، ۱۴۰۴). فشارهای روزمره، مسئولیت‌های تربیتی و نگرانی‌های مرتبط با آموزش و سلامت فرزندان، می‌تواند سطح استرس ادراک‌شده در مادران را افزایش دهد (جعفری و میرزایی، ۱۴۰۳). استرس ادراک‌شده، تجربه ذهنی فشار و تنش در مواجهه با نیازها و تقاضاهای محیط است (عبداللهی و همکاران، ۱۳۹۸). این نوع استرس تنها به وجود عوامل استرس‌زا بستگی ندارد، بلکه نحوه تفسیر و ادراک فرد از این عوامل، شدت و پیامدهای آن را تعیین می‌کند. مادران، به دلیل نقش حیاتی خود در خانواده و مسئولیت‌های گسترده تربیتی، در معرض فشارهای متعدد و مداوم قرار دارند (رجبی، ۱۴۰۳) که می‌تواند منجر به افزایش استرس ادراک‌شده شود و در صورت شدت یا استمرار، می‌تواند سلامت روان و کیفیت زندگی مادران و در نتیجه فرزندان را تحت تأثیر منفی قرار دهد. فیلاکوسکا[1] و همکاران (۲۰۲۴) به بررسی استرس ادراک‌شده مادران و تأثیر آن بر شیوه‌های تربیتی و سلامت روان کودکان خردسال پرداختند. نتایج نشان داد که سطح بالای استرس مادران با افزایش رفتارهای تربیتی نامطلوب همراه بود و این رفتارها به نوبه خود سلامت روان کودکان را تحت تأثیر منفی قرار می‌داد. تحمل ابهام یا عدم‌تحمل ابهام یکی دیگر از جنبه‌های مهم روان‌شناختی است که در زندگی روزمره مادران نقش دارد (وانگ[2] و همکاران، ۲۰۲۴). این مؤلفه به توانایی فرد در مواجهه با موقعیت‌های نامشخص، غیرقطعی یا پیچیده، بدون تجربه اضطراب یا پریشانی شدید اشاره دارد. این ویژگی روان‌شناختی، نشان‌دهنده انعطاف‌پذیری شناختی و هیجانی فرد است و نقش مهمی در مدیریت استرس و تصمیم‌گیری روزمره دارد. مادرانی که توانایی تحمل ابهام پایینی دارند، در مواجهه با موقعیت‌های نامعلوم یا تغییرات محیطی دچار اضطراب و استرس بیشتری می‌شوند و ممکن است در تصمیم‌گیری‌های تربیتی و تحصیلی با مشکلات بیشتری مواجه شوند (جعفری و میرزایی، ۱۳۹۸). در مقابل، مادرانی که تحمل ابهام بالاتری دارند، قادرند شرایط نامشخص را بهتر مدیریت کنند و پاسخ‌های سازگارانه‌تری به چالش‌های روزمره ارائه دهند. تحمل ابهام پایین در مادران معمولاً با افزایش استرس ادراک‌شده و اضطراب همراه است. مادرانی که نمی‌توانند ابهام و عدم قطعیت را تحمل کنند، در مواجهه با مشکلات روزمره دچار فشار روانی بیشتری می‌شوند و این فشار می‌تواند به سلامت روانی خود و فرزندشان آسیب

1. Filakovská
2. Wang

برساند. به همین دلیل، پژوهش‌های روان‌شناسی تربیتی و خانواده، تحمل ابهام را به‌عنوان یکی از متغیرهای کلیدی برای بهبود توانمندی‌های والدین و کاهش استرس مورد توجه قرار می‌دهند (جعفری و میرزایی، ۱۳۹۸). مهارت حل مسأله و تحمل ابهام اغلب با یکدیگر مرتبط هستند؛ مادرانی که مهارت حل مسأله بالایی دارند، توانایی بیشتری در تحلیل موقعیت‌های نامشخص، تولید راه‌حل‌های جایگزین و مدیریت استرس دارند و در نتیجه تحمل ابهام آن‌ها افزایش می‌یابد. به عبارت دیگر، آموزش مهارت حل مسأله می‌تواند به‌طور غیرمستقیم باعث افزایش تحمل ابهام و کاهش استرس مادران شود. باقری و همکاران (۱۴۰۴) در پژوهشی به بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های حل مسأله بر سبک‌های مقابله با استرس و خودکارآمدی هیجانی در مادران نوزادان نارس: یک کارآزمایی بالینی تصادفی پرداختند، نتایج نشان داد که آموزش مهارت‌های حل مسأله موجب کاهش سطح استرس و بهبود سبک‌های مقابله‌ای مؤثر و افزایش خودکارآمدی هیجانی مادران شد. این یافته‌ها بیانگر آن است که آموزش مهارت‌های حل مسأله می‌تواند توانایی مادران در مدیریت موقعیت‌های پراسترس را ارتقا دهد. مهارت حل مسأله به عنوان یکی از مهارت‌های اساسی روان‌شناختی، توانایی فرد در شناسایی، تحلیل و یافتن راه‌حل‌های مؤثر برای مشکلات زندگی روزمره را توصیف می‌کند. تحقیقات نشان داده است که افراد دارای مهارت حل مسأله قوی، بهتر قادرند استرس‌های محیطی را مدیریت کنند (دیکسون[1] و همکاران، ۲۰۲۴) و پاسخ‌های سازگارانه به موقعیت‌های چالش‌برانگیز ارائه دهند. رجبی (۱۴۰۳) در پژوهشی به بررسی اثر بخشی آموزش مهارت حل مسأله بر کاهش افسردگی والدین دارای دانش‌آموز استثنایی پرداختند و نشان دادند که آموزش مهارت حل مسأله موجب کاهش افسردگی و اضطراب مادران دارای کودک عقب مانده ذهنی شده است، همچنین، آموزش مهارت حل مسأله در کاهش افسردگی و اضطراب مادران دارای کودک با ناتوانی‌های جسمی تأثیر داشت در نتیجه آموزش مهارت حل مسأله می‌تواند به عنوان یک برنامه آموزشی مؤثر جهت کاهش افسردگی و اضطراب مادران دارای کودک استثنایی مورد استفاده قرار گیرد. به طور خاص، مهارت حل مسأله می‌تواند به مادران کمک کند تا راهکارهای عملی برای مدیریت استرس مرتبط با تربیت و آموزش کودکان بیابند و در نتیجه سطح استرس ادراک‌شده خود را کاهش دهند .با وجود اهمیت موضوع، پژوهش‌های کمی به بررسی اثربخشی مهارت حل مسأله بر استرس ادراک‌شده و تحمل ابهام مادران دانش‌آموزان دبستان پرداخته‌اند. بیشتر مطالعات موجود، جامعه آماری والدین کودکان دارای نیازهای ویژه، اختلال طیف اوتیسم یا بیماری‌های مزمن را مورد بررسی قرار داده‌اند و مادران دانش‌آموزان مدارس عادی، به طور ویژه، کمتر مورد توجه قرار گرفته‌اند. بنابراین، بررسی نقش مهارت حل مسأله در کاهش استرس و افزایش تحمل ابهام در این گروه از مادران، می‌تواند خلأ مهمی در ادبیات پژوهشی ایجاد کند و نتایج آن در زمینه روان‌شناسی تربیتی و مشاوره‌ای کاربرد عملی دارد. با توجه به این موضوع، پژوهش حاضر تلاش دارد به این سؤال پاسخ دهد که آیا آموزش مهارت حل مسأله بر استرس ادراک‌شده و تحمل ابهام مادران دانش‌آموزان دبستان تأثیر گذار است؟

1. Dixon

روش

پژوهش حاضر از منظر هدف، در دسته پژوهش‌های کاربردی است و از نوع طرح‌های نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون، گروه کنترل و پیگیری دو ماهه بود. جامعه آماری این پژوهش را مادران دانش‌آموزان مدارس ابتدایی شهر بهشهر در بازه زمانی ۰۵-۱۴۰۴ تشکیل می‌دهند. نمونه پژوهش حاضر مطابق با مطالعات تجربی مشابه گذشته و نظر استاد راهنما، ۴۰ مادر به روش نمونه‌گیری هدفمند و با توجه به ملاک‌های ورود که شامل: جنسیت دانش‌آموزان (پسر)، مقطع تحصیلی دانش آموزان (اول، دوم و سوم) دبستان، بازه سنی مادران ۳۵-۲۵ سال و ملاک‌های خروج که شامل: غیبت بیش‌تر از دو جلسه در مداخله آموزشی، مصرف داروهای روانپزشکی است انتخاب شدند به روش تصادفی ساده به دو گروه آزمایش (۲۰ نفر) و کنترل (۲۰ نفر) تقسیم شدند.

ابزار گردآوری اطلاعات

پرسشنامه استرس ادارک شده کوهن و همکاران (۱۹۸۳): پرسشنامه استرس ادراک شده توسط توسط کوهن، کمارک و مرملستین (۱۹۸۳) تدوین شده است. این پرسشنامه ۱۶ آیتم دارد و هر آیتم براساس یک مقیاس لیکرتی پنج درجه‌ای (هرگز، کم، متوسط، زیاد و خیلی زیاد) پاسخ داده می‌شود، این گزینه‌ها به ترتیب نمره ۱، ۲، ۳، ۴ و ۵ می گیرند. پرسشنامه استرس ادراک شده دو خرده مقیاس را می‌سنجد: الف) خرده مقیاس ادراک منفی که شامل آیتم‌های ۱، ۲، ۳، ۴، ۱۱، ۱۲، ۱۴ و ۱۶ می‌شود. ب) خرده مقیاس ادراک شده مثبت که آیتم‌های ۵، ۶، ۷، ۸، ۹، ۱۰، ۱۳ و ۱۵ را در بر می‌گیرد که به صورت برعکس نمره‌گذاری می‌شوند. پرسشنامه استرس ادراک شده زمانی به کار می‌آید که بخواهیم بدانیم موقعیت‌های زندگی یک فرد تا چه اندازه تحت تأثیر استرس است. پرسشنامه استرس ادراک شده بطور معنی داری با رویدادهای زندگی، نشانه‌های افسردگی و جسمی، بهره مندی از خدمات بهداشتی، اضطراب اجتماعی و رضایت از زندگی پایین همبسته می‌باشد (کوهن، کمارک و مرملستین، ۱۹۸۳). میمورا و گریفیث[1] در پژوهشی بر روی دانشجویان ژاپنی ضریب آلفای کرونباخ اصلی و مقیاس تجدید نظر شده ژاپنی را به ترتیب ۰/۸۸ و ۰/۸۱ بدست آوردند که این ضرایب به ضرایب پایایی نسخه اصلی خیلی نزدیک است، در مقیاس اصلی دو عامل ۵۳/۲ درصد واریانس را تبیین کردند. عامل اول ۲۷/۳ درصد و عامل دوم ۲۵/۹ درصد. در صورتی که مقیاس تجدید نظر شده ژاپنی دو عامل ۴۹/۹ درصد واریانس را تبیین کردند. عامل اول ۲۸/۵ درصد واریانس و عامل دوم ۲۱/۴ درصد واریانس (میمورا و گریفیث، ۲۰۰۴، به نقل از ابوالقاسمی و نریمانی، ۱۳۸۵). در پژوهش احمدیان (۱۳۹۱) ضرایب پایایی همسانی درونی از طریق ضریب آلفای کرونباخ برای مؤلفه‌های ادراک مثبت از تنیدگی، ۰/۷۱ و ادراک منفی از تنیدگی ۰/۷۵ به دست آمد. ضمن این‌که ضریب آلفا برای کل نمرات پرسشنامه ۰/۸۴ مشخص گردید. همچنین در این پژوهش احمدیان

1. Mimura & Griffiths

(۱۳۹۱) با استفاده از روش تحلیل مواد ضرایب همبستگی به دست آمده برای ادراک مثبت از تنیدگی در دامنه‌ی ۰/۴۹ تا ۰/۷۰ و ادراک منفی از تنیدگی در دامنه‌ی ۰/۵۲ تا ۰/۷۷ و ضرایب همبستگی مواد مقیاس ادراک تنیدگی کل در دامنه‌ی ۰/۵۱ تا ۰/۷۸ قرار داشت. شیوه نمره گذاری: این پرسشنامه ۱۶ آیتم دارد و هر آیتم براساس یک مقیاس لیکرتی پنج درجه‌ای (هرگز، کم، متوسط، زیاد و خیلی زیاد) پاسخ داده می‌شود، این گزینه‌ها به ترتیب نمره ۱، ۲، ۳، ۴ و ۵ می گیرند. بالاترین نمره ۶۴ و پایین‌ترین صفر است و نمره بالا نشان دهنده سطح استرس ادراک شده بالاتر است.

پرسشنامه تحمل ابهام[1] (MSTAT) (۱۹۹۳): برای سنجش تحمل ابهام از مقیاس مک لین (۱۹۹۳) استفاده شد. این پرسشنامه دارای ۱۳ آیتم می‌باشد و بر روی طیف لیکرت ۵ گزینه‌ای از دامنه (۱= بسیار مخالفم) تا (۵ بسیار موافقم) نمره گذاری می‌شود. براساس این مقیاس افراد که نمره تحمل ابهام آن‌ها از ۴۵ بالاتر باشد دارای سطح مناسبی از تحمل ابهام هستند. خرده مقیاس‌ها شامل (ابهام در موقعیت‌ها و شرایط کلی، ابهام در روابط اجتماعی، ابهام در اطلاعات و پیام‌ها). سوکولوا و آندرینسکا (۲۰۲۱) روایی همگرای این پرسشنامه را از طریق محاسبه ضریب همبستگی با پرسشنامه نگرانی پنسیلوانیا (PSWQ) ۰/۶ و ضریب پایای مقیاس با استفاده از روش آلفای کرونباخ را ۰/۸۲ گزارش کردند. رادمهر و کرمی (۱۳۹۸) در پژوهش خود روایی مقیاس را از طریق محاسبه همبستگی این پرسشنامه با پرسشنامه عدم تحمل بلاتکلیفی فریستون (IUS) ۰/۶۸ و ضریب پایای آن را از طریق آلفای کرونباخ ۰/۸۵ گزارش نمودند. در پژوهش حاضر ضریب پایای مقیاس تحمل ابهام با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۷۲ به دست آمد. شیوه نمره گذاری: نمره گذاری پرسشنامه به طیف لیکرت است که در طیف لیکرت ۵ درجه‌ای (۱= بسیار مخالفم) تا (۵ بسیار موافقم) به عبارات پاسخ دهند. بالاترین نمره ۶۵ و پایین‌ترین نمره ۱۳خواهد بود و گرفتن نمره بالا نشانه تحمل ابهام بالاتر است.

خلاصه جلسات آموزش حل مسأله[2]: دستورالعمل‌ها و تکنیک‌های این بسته‌ی آموزشی متعلق دزوریلا و گلدفرید است که در سال (۱۹۷۱) ارائه شده است. این بسته شامل ۱۰ جلسه است که هرجلسه به مدت ۶۰ دقیقه اجرا می‌شود. در پژوهش حاضر بسته‌ی آموزشی مذکور، هر هفته ۳ جلسه به صورت گروهی اجرا شد. خلاصه‌ی محتوای آموزشی در جدول زیر آورده شده است.

جدول (۲): شرح جلسات، دستورالعمل و تکنیک‌های بسته‌ی آموزشی حل مسأله دزوریلا و گلدفرید (۱۹۷۱)

جلسه	عناوین جلسات	فعالیت
اول	معارفه و آشنایی با فرآیند آموزش	معارفه آزمودنی‌ها با یکدیگر، توضیحات لازم درباره اهداف آموزشی و نحوه اجرا و زمان برگزاری جلسات آموزشی، اجرای پیش‌آزمون‌ها
دوم	درک مسأله و ایجاد انگیزه در حل مسأله	یادگیری حل مسأله، ارتباط آن با رفتارها و آگاهی از این واقعیت که مسائل بالقوه قابل حل هستند، ایجاد نگرش مثبت و حداکثر انگیزش در توانایی حل مسأله

2. Multiple Stimulus Types Ambiguity Tolerance Scale
1. Problem solving training package

سوم	تعریف و توصیف مسأله	صحبت درباره تشخیص و توصیف دقیق مسأله در قالب واژه‌های دقیق و صریح، ارائه روشی برای دقیق‌ترشدن و کاهش حیطه مسأله
چهارم	بارش مغزی و ایده پردازی	آموزش روش بارش مغزی (ایده پردازی)، یافتن راه‌حل های متعدد برای حل مسأله از سوی آزمودنی
پنجم	بررسی معایب و محاسن ایده‌ها	صحبت درباره استفاده از فن دو ستون یا فن معایب و مزایا، آموزش ثبت راه‌حل برای مسأله‌ای شخصی، شناسایی منابع و امکانات (فردی، خانوادگی، اجتماعی) در اختیار آزمودنی‌ها
ششم	ارزیابی راه‌حل ها	آموزش نحوه ارزیابی راه حل‌ها به آزمودنی‌ها به منظور چگونگی ارزیابی راه‌حل‌هایشان
هفتم	برنامه ریزی برای عمل	آموزش مرحله برنامه‌ریزی برای عمل آموزش، ارائه پاداش در صورت موفقیت و بازبینی مرحله قبل در صورت نبود موفقیت
هشتم	الگوی حل مسأله در موقعیت‌های تنش‌زا	ارائه توضیحاتی طبق الگوی حل مسأله برای موقعیت‌هایی که مادران در آن موقعیت‌ها دچار مشکل می‌شوند
نهم	ارزیابی نتیجه و بازخورد	آموزش نحوه مقابله با مشکلات، توضیح درباره بازگشت به مرحله قبلی در صورت شکست در انتخاب راه حل نخست یا بهترین راه حل
دهم	جمع‌بندی	مرور مطالب کل جلسات قبلی و جمع‌بندی کلی؛ اجرای پس‌آزمون بعد از دو هفته

پس از مراجعه به دانشگاه و کسب مجوزهای ضروری و همچنین اخذ کد اخلاق از پژوهش دانشگاه آزاد محل تحصیل (واحد نکا) و با مشورت از استاد راهنما در مورد نحوه اجرا و چگونگی جلب رضایت افراد مشارکت‌کننده در پژوهش، برای همکاری و ترغیب مادران در جلسات آموزشی، نشستی برگزار شد. در ادامه مدرسه فردوسی با ۴۴۶ دانش‌آموز به عنوان جامعه در دسترس انتخاب شد که با توجه به ملاک‌های ورود و خروج از پژوهش تنها ۵۳ مادر دارای ملاک‌های ورود به پژوهش بودند. جلسه‌ای جهت اهمیت انجام و اجرای این پژوهش و بهره‌گیری از نتایج آن جهت بهبود وضعیت مادران برگزار شده و ضرورت اجرای این پژوهش مورد بحث و بررسی قرار گرفت. در جلسه، با کسب رضایت کتبی از هر یک از افراد مشارکت کننده (ماداران) که واجد شرایط مطالعاتی بودند به صورت نمونه‌گیری هدفمند و بر اساس معیارهای ورود و خروج انتخاب شدند. مادران دارای ملاک ورود به پژوهش به طور تصادفی در یک گروه آزمایش (۱۵ نفر) و یک گروه کنترل (۱۵ نفر) قرار گرفتند و پرسشنامه‌های دو گانه این پژوهش (استرس ادراک شده کوهن و همکاران و تحمل ابهام مک لین) به عنوان پیش‌آزمون و به صورت فرم خودگزارش‌دهی توسط مادران شرکت‌کننده در پژوهش تکمیل شد. سپس مداخله آموزشی در گروه آزمایشی توسط روانشناس متخصص (مجری طرح) ارائه شد. به این صورت که پروتکل آموزش مهارت حل مسأله (دستورالعمل‌ها و تکنیک‌های بسته‌ی آموزشی متعلق دزوریلا و گلدفرید است (۱۹۷۱) در ۱۰ جلسه که هرجلسه به مدت ۶۰ دقیقه است هر هفته ۳ جلسه به صورت گروهی برای گروه

آزمایش اجرا شده و گروه کنترل هیچ‌گونه مداخله روان‌شناختی را در آن بازه زمانی دریافت نکرد. در پایان مداخله درمانی، پرسشنامه‌های پژوهش به عنوان پس‌آزمون توسط افراد مشارکت‌کننده در پژوهش در گروه آزمایش و گروه کنترل تکمیل شدند و بعد از دو ماه پیگیری صورت گرفت. لذا جهت رعایت اصول اخلاق در پژوهش، پس از اتمام پروسه پژوهش برای گروه کنترل نیز مداخله آموزشی انجام شد.

یافته‌ها

در این قسمت یافته‌ها توصیفی میانگین و انحراف استاندارد نمرات پیش‌آزمون، پس‌آزمون متغیرهای وابسته پژوهش به تفکیک دو گروه آزمایش و کنترل ارائه شده است:

جدول (۲) شاخص‌های توصیفی متغیرها در پیش‌آزمون و پس‌آزمون-پیگیری در دو گروه آزمایش و کنترل

متغیرها	گروه	تعداد	پیش‌آزمون		پس‌آزمون		پیگیری	
			میانگین	انحراف‌معیار	میانگین	انحراف‌معیار	میانگین	انحراف‌معیار
استرس ادراک شده	آزمایش	۲۰	۵۲/۸۵	۶/۲۱	۴۸/۹۵	۶/۲۷	۴۸/۹۰	۶/۱۰
	کنترل	۲۰	۵۲/۹۰	۶/۴۳	۵۳/۰۵	۶/۵۶	۵۳/۰۰	۶/۵۴
تحمل ابهام	آزمایش	۲۰	۲۵/۰۰	۵/۰۶	۲۹/۲۵	۴/۷۴	۲۹/۴۵	۵/۰۷
	کنترل	۲۰	۲۵/۴۰	۴/۳۳	۲۵/۴۵	۴/۴۶	۲۵/۳۵	۴/۷۴

در جدول (۲) شاخص‌های توصیفی متغیرها شامل میانگین و انحراف‌معیار مربوط به پیش‌آزمون و پس‌آزمون و پیگیری 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 در متغیر آن استرس ادراک شده کاهش و در تحمل ابهام افزایش یافته در حالی که این تفاوت در گروه کنترل بسیار ناچیز است. بر اساس نتایج آزمون شاپیرو ویلکز، سطح معنی داری گزارش شده همگی بزرگتر از (۰/۰۵) برآورد شده‌اند که می‌توان نتیجه گرفت که داده‌ها از توزیع نرمال برخوردار است. نتایج آزمون لون نشان داد که بین واریانس گروه‌های مورد مطالعه در متغیر های پژوهش تفاوت معنادار وجود ندارد. بنابراین پیش‌فرض برابری واریانس برای این متغیر رعایت شده است. نتایج آزمون ام باکس نشان داد که سطح معنی‌داری با توجه به درجه آزادی ۱ (۲۱) و تحلیل واریانس (۰/۷۰۶) به دست آمده از ۰/۸۳۱ معنی‌دار می‌باشد .خلاصه نتایج تحلیل واریانس چند متغیری در جدول بعد ارائه شده است.

جدول (۳) خلاصه نتایج تحلیل واریانس اندازه گیری مکرر با گروه بندی، مراحل درمانی و تعامل متقابل

متغیر	منابع تغییر	مجموع مجذورات	df	میانگین مجذورات	F	معنی داری	اندازه اثر	توان آزمون
استرس ادراک شده	گروه	۷۴/۱۱۳	۱	۷۴/۱۱۳	۱۶۲/۰	۰/۰۱	۰/۸۱	۱
	مراحل درمان	۲۲۶/۸۷۵	۱	۲۲۶/۸۷۵	۱/۸۸	۰/۰۱	۰/۹۸	۰/۹۹
	تعامل گروه و مراحل درمان	۸۲/۰۱۲	۱	۸۲/۰۱۲	۱۷۹/۳	۰/۰۱	۰/۸۲	۰/۹۹
تحمل ابهام	گروه	۹۶/۸۰۰	۱	۹۶/۸۰۰	۸۹/۸۲	۰/۰۱	۰/۷۰	۰/۹۹
	مراحل درمان	۱۸۷/۵۰۰	۱	۱۸۷/۵۰۰	۲/۸۲	۰/۰۱	۰/۹۷	۱
	تعامل گروه و مراحل درمان	۱۰۱/۲۵۰	۱	۱۰۱/۲۵۰	۹۳/۹۵	۰/۰۱	۰/۷۱	۱

نتایج جدول (۳) نشان می‌دهد مقدار F محاسبه شده برای اثر مراحل (پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری) در سطح ۰/۰۱ معنی دار است. به طور مشخص در تعامل گروه و مراحل درمان برای استرس ادراک شده و تحمل ابهام بدست آمده است. در نتیجه بین میانگین نمرات پیش آزمون، پس‌آزمون و پیگیری نمرات استرس ادراک شده و تحمل ابهام مادران در مراحل سه‌گانه پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری درمانی تفاوت معنی‌دار وجود دارد. نتایج آزمون تعقیبی بونفرونی به منظور بررسی تفاوت بین میانگین‌ها در مراحل درمانی محاسبه شد.

جدول (۳) خلاصه نتایج آزمون تعقیبی بونفرونی جهت تعیین تفاوت پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری

پیش آزمون	مرحله ۱	مرحله ۲	تفاوت میانگین ها	خطای استاندارد	معنی‌داری
استرس ادراک شده	پیش آزمون	پس آزمون	۱/۸۷۵	۰/۱۵۹	۰/۰۰۰
	پیش آزمون	پیگیری	۱/۹۲۵	۰/۱۵۱	۰/۰۰۰
	پس آزمون	پیگیری	۰/۰۵۰	۰/۱۱۴	۱
تحمل ابهام	پیش آزمون	پس آزمون	۲/۱۵۰	۰/۱۵۵	۰/۰۰۰
	پیش آزمون	پیگیری	۲/۲۰۰	۰/۲۳۲	۰/۰۰۰
	پس آزمون	پیگیری	۰/۰۵۰	۰/۱۴۳	۱

نتایج جدول (۴) نشان می‌دهد بین نمرات استرس ادراک شده و تحمل ابهام در مراحل پیش‌آزمون با پس‌آزمون، پیش‌آزمون با پیگیری تفاوت معنی دار وجود دارد. تفاوت بین پس‌آزمون با پیگیری معنی‌دار نمی‌باشد که ناشی از ثبات درمان است. مقایسه میانگین‌های نشان می‌دهد که استرس ادراک شده و تحمل ابهام در مرحله پس‌آزمون و مرحله پیگیری نسبت به مرحله پیش‌آزمون به طور معنی‌دار متفاوت است. بنابراین آموزش مهارت حل مسأله بر استرس ادراک شده و تحمل ابهام مادران دانش‌آموزان دبستان تأثیرگذار است.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف اثربخشی مهارت حل مسأله بر استرس ادراک شده و تحمل ابهام مادران دانش‌آموزان دبستان اجرا شد. نتایج نشان می‌دهد بین نمرات استرس ادراک شده و تحمل ابهام در مراحل پیش‌آزمون با پس‌آزمون، پیش‌آزمون با پیگیری تفاوت معنی دار وجود دارد. تفاوت بین پس‌آزمون با پیگیری معنی‌دار نمی‌باشد که ناشی از ثبات درمان است. مقایسه میانگین‌های نشان می‌دهد که استرس ادراک شده و تحمل ابهام در مرحله پس‌آزمون و مرحله پیگیری نسبت به مرحله پیش‌آزمون به طور معنی‌دار متفاوت است. بنابراین آموزش مهارت حل مسأله بر استرس ادراک شده و تحمل ابهام مادران دانش‌آموزان دبستان تأثیر گذار است. نتایج به دست آمده از این پژوهش با نتایج به دست آمده از پژوهش باقری و همکاران (۱۴۰۴)، رجبی (۱۴۰۳)، جعفری و میرزایی (۱۴۰۳)، دوایی و همکاران (۱۴۰۰)، اسدی و همکاران (۱۴۰۰)، حبیبی و همکاران (۱۴۰۰)، فرنام (۱۳۹۹)، مشکینی (۱۳۹۹)، پناهی و همکاران (۱۳۹۶)، ژوا و همکاران (۲۰۲۴) همسو می‌باشد.

در تبیین این فرضیه می‌توان اذعان داشت که مادران در دوره دبستان فرزندان خود، به دلیل مسئولیت‌های متعدد تربیتی، آموزشی و مراقبتی، با موقعیت‌های مبهم و فشارهای روانی گوناگونی مواجه می‌شوند. در این دوره، والدین با چالش‌هایی مانند عملکرد تحصیلی کودک، رفتارهای هیجانی و اجتماعی او، ارتباط با مدرسه و نگرانی درباره آینده تحصیلی فرزند روبه‌رو هستند که می‌تواند میزان استرس ادراک‌شده آنان را افزایش دهد. استرس ادراک‌شده که توسط کوهن مطرح شده است، به میزان درک فرد از فشارهای زندگی و توانایی خود برای مقابله با آن‌ها اشاره دارد. مادرانی که مهارت‌های حل مسئله پایینی دارند، معمولاً موقعیت‌های چالش‌برانگیز مربوط به فرزند خود را غیرقابل کنترل یا تهدیدکننده ارزیابی می‌کنند و همین امر باعث افزایش سطح استرس ادراک‌شده در آنان می‌شود. در مقابل، آموزش مهارت حل مسئله به مادران کمک می‌کند تا مسائل را به صورت نظام‌مند شناسایی، تحلیل و برای آن‌ها راه‌حل‌های عملی و قابل اجرا پیدا کنند؛ در نتیجه احساس کنترل بیشتری بر شرایط خواهند داشت و میزان استرس ادراک‌شده کاهش می‌یابد .از سوی دیگر، تحمل ابهام به توانایی فرد در مواجهه با موقعیت‌های نامشخص و غیرقابل پیش‌بینی بدون تجربه اضطراب شدید گفته می‌شود. بسیاری از موقعیت‌های مرتبط با تربیت کودک در دوره دبستان ماهیت مبهم دارند؛ مانند پیش‌بینی آینده

تحصیلی، نحوه واکنش کودک در موقعیت‌های اجتماعی یا تصمیم‌گیری‌های تربیتی. مادرانی که تحمل ابهام پایینی دارند، این شرایط نامشخص را تهدیدآمیز تفسیر کرده و دچار اضطراب و نگرانی می‌شوند. در حالی که آموزش مهارت حل مسئله با تقویت تفکر منطقی، مرحله‌بندی مشکلات و ارائه راهکارهای جایگزین، موجب افزایش احساس تسلط بر موقعیت‌های مبهم شده و در نتیجه تحمل ابهام را در آنان افزایش می‌دهد .بر اساس این تبیین، آموزش مهارت حل مسئله می‌تواند با افزایش توانایی تحلیل موقعیت‌ها، بهبود تصمیم‌گیری و ارتقای احساس کنترل، منجر به کاهش استرس ادراک‌شده و افزایش تحمل ابهام در مادران دانش‌آموزان مقطع دبستان شود و در نهایت به بهبود سلامت روان و عملکرد تربیتی آنان کمک کند. از محدودیت‌های این پژوهش می‌توان به این که پژوهش صرفاً بر روی مادران دانش‌آموزان مقطع دبستان انجام شده است؛ بنابراین تعمیم نتایج به سایر گروه‌های والدین (مانند پدران یا والدین در مقاطع تحصیلی دیگر) باید با احتیاط صورت گیرد. افزون بر این پیشنهاد می‌شود مشاوران مدارس از بسته‌های آموزشی مهارت حل مسئله در جلسات آموزش خانواده استفاده کنند تا مادران بتوانند در موقعیت‌های مبهم تربیتی تصمیم‌گیری مؤثرتری داشته باشند. به سایر پژوهشگران پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی از روش‌های ترکیبی (کمی و کیفی) استفاده شود تا تجربه زیسته مادران از شرکت در آموزش‌های مهارت حل مسئله به‌صورت عمیق‌تر تحلیل شود.

پیروی از اصول اخلاق پژوهش: این پژوهش برگرفته از پایان نامه مقطع کارشناسی ارشد روانشناسی از دانشگاه آزاد اسلامی (واحد نکا) است. جهت ملاحظات اخلاقی و حفظ هویت آزمودنی‌ها اطلاعات افراد به صورت کد ثبت شده است و کلیه اطلاعات آن‌ها محرمانه است.

حامی مالی: در انجام این پژوهش از حمایت مالی هیچ مؤسسه یا سازمانی استفاده نشده است.

نقش هر یک از نویسندگان: تمامی نویسندگان نقش یکسانی در پیشبرد این پژوهش برعهده داشته‌اند.

تضاد منافع: با توجه به موارد مندرج در راهنمای تعارض منافع، مجریان این پژوهش ضمن تعهد به آگاهی و رعایت کلیه «راهنمای کشوری اخلاق در انتشار آثار پژوهشی» اعلام می‌داریم این پژوهش هیچ‌گونه تضاد منافع نداشته است.

منابع

احدی، ا.، انتصار فومنی، غ.، و کیانی، ق. (۱۴۰۰). تعیین اثربخشی آموزش مهارت حل مسأله بر خودکارآمدی و اشتیاق تحصیلی دانش‌آموزان دختر با درماندگی آموخته‌شده. *مجله مطالعات ناتوانی*، *۱۱*، ۵۹–۵۹. http://jdisabilstud.org/article-۱-fa.html۲۳۶۹

پناهی‌رضوان،، غضنفری، ا.، و شریفی، ط. (۱۳۹۶). اثربخشی آموزش مهارت‌های حل مسأله بر افسردگی و اضطراب مادران دارای کودک عقب‌مانده ذهنی. *تحقیقات علوم رفتاری*، *۱۵*(۴)، ۴۲۰–۴۲۶. http://rbs.mui.ac.ir/article-۱-۵۶۰-fa.html

تقی‌زاده، ک.، رستمی، ن.، پرهیزکار، ز.، صیامی، م.، و وارثی، ز. (۱۴۰۲). نقش باورهای وسواسی، عدم تحمل ابهام و پریشانی روان‌شناختی مادران در پیش‌بینی پرخاشگری کودکان. *یازدهمین کنفرانس بین‌المللی زنان، زایمان، ناباروری و بهداشت روانی*. https://civilica.com/doc/2040517

جعفری، د.، و میرزایی، م. (۱۴۰۳). ارتباط بین انسجام و تحمل ابهام با استرس والدگری در مادران کودکان اتیسم. *دومین همایش ملی پژوهش‌های نوین روانشناسی، ورزش و مدیریت*، اصفهان. https://civilica.com/doc/2104224

حبیبی، د.، حافظی، ف.، امیری مجد، م.، عسگری، پ.، و حیدری، ع. (۱۴۰۰). تعیین اثربخشی آموزش مهارت‌های حل مسأله به مادران بر مشکلات رفتاری درون‌نمود و برون‌نمود کودکان دارای اختلال طیف اتیسم. *مطالعات ناتوانی*، *۱۱*(۱).

دوایی، م.، کاشانی‌وحید، ل.، و آجرلو، ا. (۱۴۰۰). اثربخشی آموزش حل مسأله خلاقانه بر مدیریت هیجان و تاب‌آوری در مادران دانش‌آموزان سرآمد. *نشریه تازه‌های علوم شناختی*، *۲۳*(۱). https://www.magiran.com/p2260468

رجبی، ن. (۱۴۰۳). بررسی اثر بخشی آموزش مهارت حل مسأله بر کاهش افسردگی والدین دارای دانش‌آموز استثنایی. *سومین کنفرانس ملی تازه‌های روانشناسی تکاملی و تربیتی*، بندرعباس. https://civilica.com/doc/2127451

رضائی کلانتری، م.، دنیوی، ر.، و رستمیان، م. (۱۳۹۸). اثر روان‌درمانی مثبت‌نگر بر استرس ادراک‌شده و دلایل زندگی مادران دارای فرزند اوتیسم. *مجله دانشگاه علوم پزشکی مازندران*، *۲۹*(۱۸۰)، ۸۶–۹۴. http://jmums.mazums.ac.ir/article-۱-fa.html۱۲۸۷۷

رهایی، ف.، سجادیان، ا.، و کریمیان، م. (۱۴۰۳). اثربخشی شناخت‌درمانی مبتنی بر ذهن‌آگاهی بر استرس ادراک‌شده و بار مراقبت مادران دارای کودک مبتلا به سرطان. *فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی*، *۱۵*(۶۰)، ۲۷–۵۲. https://doi.org/10.22054/qccpc.2025.76358.3218

شکوهی‌یکتا، م.، اکبری‌زردخانه، س.، پرند، ا.، محمودی، م.، و مشروطی، پ. (۱۳۹۵). تأثیر آموزش حل مسأله به مادران بر فرایندهای خانوادگی و شیوه های فرزندپروری آنها. *فصلنامه سلامت روان کودک*، *۳*(۱)، ۲۹–۴۰. http://childmentalhealth.ir/article-۱-۱۱۶-fa.html

غنیمی، ف.، دانش، ع.، دادخواه، ا.، و تقی‌لو، ص. (۱۳۹۷). نقش میانجیگر راهبردهای مقابله‌ای و حمایت اجتماعی ادراک‌شده در رابطه با استرس ادراک‌شده و کیفیت زندگی والدین کودکان دچار اختلال طیف اُتیسم. *فصلنامه روان‌شناسی کاربردی*، *۱۲*(۲)، ۲۴۳–۲۶۳.

فرنام، ع. (۱۳۹۷). اثربخشی آموزش مهارت حل مسأله و مدیریت خشم بر کاهش تعارضات والد – نوجوان در بین دانش‌آموزان پسر. *مطالعات روان‌شناسی تربیتی، ۱۵*(۲۹)، ۱۴۹–۱۷۶. https://doi.org/10.22111/jeps.2018.3605

قایدی، م. (۱۴۰۲). مقایسه ارتباط مادر- کودک، خودکارآمدی والدینی، استرس ادراک‌شده و رضایت از زندگی در مادران دارای کودک مبتلا به دیابت و مادران کودک عادی. *کنفرانس بین‌المللی*. https://civilica.com/doc/2072731

مشکینی، ف. (۱۳۹۹). اثربخشی آموزش مهارت حل مسأله بر خودتنظیمی و استرس تحصیلی دانش‌آموزان متوسطه دوم. *فصلنامه ایده‌های نوین روان‌شناسی، ۴*(۸)، ۱–۱۰. http://jnip.ir/article-۲۸۱-fa.html

میرصالحی، س. م.، ربیعی‌نژاد، م. ر.، و رضایی، س. (۱۴۰۴). مقایسه تحمل ابهام در مادران کودکان دارای ناتوانی عقلانی با مادران کودکان دارای اختلال نقص توجه/بیش‌فعالی. *بیست و یکمین کنفرانس ملی حقوق، علوم اجتماعی و انسانی، روانشناسی و مشاوره*، شیروان. https://civilica.com/doc/2475851

نریمانی، م.، فلاحی، و.، اسماعیلی فارسانی، ن.، و رستم‌اوغلی، ز. (۱۳۹۸). مقایسه استحکام روانی و تحمل ابهام در مادران فرزندان با ناتوانی یادگیری خاص و عادی. *ناتوانی‌های یادگیری، ۹*(۲)، ۱۵۳–۱۷۰. https://doi.org/10.22098/jld.2020.861

ولی‌زاده، ح.، و احمدی، و. (۱۴۰۲). اثربخشی شناخت‌درمانی مبتنی بر ذهن‌آگاهی بر شادکامی و توانایی تحمل ابهام مادران دارای کودکان مبتلا به اختلال طیف اُتیسم. *فصلنامه روان‌شناسی کاربردی، ۱۷*(۱)، ۱۹۲–۲۱۲. https://doi.org/10.48308/apsy.2022.225775.1262

Abdollahi, A., Abu Talib, M., Carlbring, P., Harvey, R., Yaacob, S. N., & Ismail, Z. (2018). Problem-solving skills and perceived stress among undergraduate students: The moderating role of hardiness. *Journal of Health Psychology, 23*(10), 1321–1331. https://doi.org/10.1177/1359105316653265

Bagheri, M., Ramezani, M., Vaghee, S., & Sadeghi, T. (2024). The effect of applying problem-solving skills on stress coping styles and emotional self-efficacy in mothers of preterm neonates: A randomised clinical trial. *International Journal of Community Based Nursing and Midwifery, 12*(4), 254–266. https://doi.org/10.30476/ijcbnm.2024.100522.2368

Cai, R. Y., Uljarević, M., & Leekam, S. R. (2020). Predicting mental health and psychological wellbeing in mothers of children with autism spectrum disorder: Roles of intolerance of uncertainty and coping. *Autism Research, 13*(10), 1797–1801. https://doi.org/10.1002/aur.2341

Dixon, A., Clarke, S., & Godrich, H. (2023). Toward a positive life beyond COVID-19: Problem-solving appraisal as a resistance resource in the relationship between stress and well-being in students. *Healthcare, 11*(3), 350. https://doi.org/10.3390/healthcare11030350

Filakovská Bobáková, D., Chovan, S., & Van Laer, S. (2024). Perceived stress of mothers, harsh discipline, and early childhood mental health: Insights from a cross sectional study in marginalized Roma communities. *International Journal of Public Health, 69*, Article 1606721. https://doi.org/10.3389/ijph.2024.1606721

Image, H. G., & Gür, C. (2022). The relationship among problem-solving, coping styles and stress levels of parents of children with autism spectrum disorder, attention-

deficit/hyperactivity disorder and typical development. *Eurasian Journal of Educational Research, 11*(3), 1231–1243. https://doi.org/10.12973/eu-jer.11.3.1231

Pretorius, T. B., & Padmanabhanunni, A. (2023). Toward a positive life beyond COVID-19: Problem-solving appraisal as a resistance resource in the relationship between stress and well-being in students. *Healthcare, 11*(3), 350. https://doi.org/10.3390/healthcare11030350

Uzun, K., Ünlü, S., & Arslan, G. (2025). Does intolerance of uncertainty influence social anxiety through rumination? A mediation model in emerging adults. *Behavioral Sciences, 15*(5), 687. https://doi.org/10.3390/bs15050687

Wang, Y., Khan, A., & Wang, Z., et al. (2024). From tolerance for ambiguity to stress and anxiety: The mediating role of need for cognitive closure among Chinese university students. *Journal of Anxiety Disorders, 102839*. https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2024.102839

Zhou, T., Luo, Y., Xiong, W., Meng, Z., Zhang, H., & Zhang, J. (2024). Problem-solving skills training for parents of children with chronic health conditions: A systematic review and meta-analysis. *JAMA Pediatrics, 178*(3), 226–236. https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2023.5753