

تأثیر آموزش مهارت‌های ارتباطی به مادران بر میزان اضطراب دانش‌آموزان اول دبستان

اشرف محمدی^۱، زهرا حاجی‌امینی^{۲*}، عباس عبادی^۳، علی فتحی‌آشتیانی^۴، متین علی‌عسگری^۵

^۱ کارشناس ارشد پرستاری بهداشت جامعه، دانشکده پرستاری، دانشگاه علوم پزشکی بقیه ا... (عج) تهران، ایران
^۲ کارشناس ارشد مامائی، استادیار، دانشکده پرستاری، دانشگاه علوم پزشکی بقیه ا... (عج)، مرکز تحقیقات علوم رفتاری، تهران ایران
^۳ دکترای پرستاری داخلی- جراحی، استادیار دانشگاه علوم پزشکی بقیه ا... (عج)، دانشکده پرستاری
^۴ دکترای روانشناسی، استاد دانشگاه علوم پزشکی بقیه ا... (عج)، مرکز تحقیقات علوم رفتاری
^۵ دانشجوی پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی تهران، دانشکده پزشکی.
■ نویسنده مسئول مکاتبات: زهرا حاج‌امینی z_hajiamini@hotmail.com

چکیده

زمینه و هدف: اختلالات اضطرابی یکی از شایع‌ترین اختلالات روانی در کودکان می‌باشد با توجه به تأثیر ارتباط مناسب والدین بخصوص مادران با دانش‌آموزان بر سلامت روان کودکان، این مطالعه با هدف بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های ارتباطی به مادران بر میزان اضطراب دانش‌آموزان اول انجام شده است.

مواد و روش‌ها: در یک مطالعه نیمه تجربی ۱۱۴ دانش‌آموز کلاس اول دبستان مدارس ابتدایی یکی از مناطق شهر تهران مورد بررسی قرار گرفتند. ابزار جمع‌آوری اطلاعات، پرسشنامه‌های استاندارد سنجش اضطراب کودکان (SAS-TR) و مهارت‌های ارتباطی کوئین دام جهت بررسی وضعیت مهارت‌های ارتباطی مادران بود. ابتدا میزان اضطراب دانش‌آموزان و وضعیت مهارت‌های ارتباطی مادران آنها مورد سنجش قرار گرفت و سپس دانش‌آموزان بطور تصادفی ساده به ۲ گروه آزمون و کنترل تقسیم شدند. برای مادران گروه آزمون، مهارت‌های ارتباطی طی ۶ جلسه ۲ ساعته آموزش داده شد و ۲ ماه پس از آموزش مجدد وضعیت مهارت‌های ارتباطی مادران و اضطراب دانش‌آموزان دو گروه توسط پرسشنامه‌های فوق مورد سنجش و مقایسه با مرحله قبل از مداخله قرار گرفت.

یافته‌ها: آزمون آماری ویلکاکسون نشان می‌دهد که میزان اضطراب در گروه آزمون بعد از مداخله کاهش معناداری داشته است ($p < 0/05$) ولی در گروه کنترل این تفاوت معنادار نمی‌باشد. همچنین میانگین نمرات مهارت‌های ارتباطی مادران قبل از مطالعه ($114 \pm 9/8$) بود که بعد از آموزش این میزان در گروه مورد با اختلاف آماری معنی‌دار ارتقا یافت ($p < 0/05$).

نتیجه‌گیری: با توجه به نتایج مطالعه آموزش مهارت‌های ارتباطی به مادران روش موثری در کاهش اضطراب این دانش‌آموزان می‌باشد.

کلمات کلیدی: اضطراب، دانش‌آموز، معلم، مقیاس سنجش اضطراب کودکان، آموزش مهارت‌های ارتباطی

مقدمه

جامعه می‌تواند تبدیل به معضلی شود که عوارض بسیاری را در بزرگسالی به دنبال خواهد داشت بنابراین تشخیص زودرس و درمان آن بسیار اهمیت دارد (Muris, et al. 2003).

مدرسه، عامل بسیار مهمی در تأمین بهداشت روانی دانش‌آموزان به حساب می‌آید (مسعودزاده و همکاران ۱۳۸۴) اضطراب کودکان گاهی با نادیده گرفتن خانواده، مدرسه و حتی

مطالعات انجام شده خطر بروز اضطراب در فرزندان والدین مضطرب ۳/۵ بار بیشتر از خطر آن در گروه کنترل و سالم است (Gar and Hudson 2008).

خانواده اولین محیط اجتماعی است که در آن شخصیت هر فرد پایه گذاری می‌شود و عدم توجه والدین به سالم سازی محیط روانی و عاطفی کودکان و نوجوانان و فقدان روابط مناسب در بیشتر موارد آنان را با کمبودهای عاطفی و مشکلات روانی گوناگون روبه رو می‌سازد و احتمال اینکه این کودکان در آینده به اختلالات روانی دچار شوند زیاد خواهد بود (Park & Park 2001).

ورود به مدرسه در دنیای کودک شکاف ناگهانی ایجاد می‌کند. برای برخی از کودکان، مدرسه، اولین تجربه در تطابق با تعامل گروهی است که تحت نظر فردی به جز مادر (یعنی معلم) اداره می‌شود. کودکان مایل هستند به مدرسه بروند و معمولاً با وضع جدید با کمترین سختی سازش یابند. سازش موفقیت‌آمیز به طور مستقیم بستگی به رشد فیزیکی و عاطفی کودک و آمادگی والدین جهت پذیرش جدایی (ورود به مدرسه) دارد. همکاری بین والدین و حمایت از کودک بهترین راه سازش با استرس‌های ورود به مدرسه است. متأسفانه برخی از والدین به دلیل کمبود آگاهی درباره فرایند تکاملی و بلوغ کودک با رفتارهای نامناسب، باعث تاخیر در پذیرش تحمل جدایی توسط کودک می‌شوند (Hockenberry and Wilson 2006).

عقیده بر این است که ارتقاء مهارت‌های ارتباطی به عنوان بخشی از مهارت‌های زندگی، در بهبود و سلامت روانی افراد موثر است. این توانایی‌ها، افراد را برای مقابله موثر با موقعیت‌های یاری می‌کنند و آنها را قادر می‌سازند تا در ارتباط با سایر افراد جامعه به گونه‌ای مثبت و سازگارانه عمل نموده و سلامتی، به ویژه سلامت روانشناختی خود را تامین نمایند، و آموزش این مهارت‌ها می‌تواند موجب تغییر رفتار گردد (دهکردی و همکاران ۱۳۸۷). در مورد آموزش مهارت‌های زندگی (از جمله مهارت مقابله با اضطراب و استرس) و مهارت‌های ارتباطی بر کاهش میزان استرس، مطالعات مختلفی صورت گرفته است از جمله Drysdale و همکاران (۲۰۰۸) طی مطالعه‌ای آموزش مهارت‌ها را در کاهش مشکلات هوشی موثر یافتند. Turner و همکاران (۲۰۰۸) نیز نشان دادند که آموزش مهارت‌های زندگی از جمله مهارت حل مسئله و ارتباطات مؤثر در نوجوانان، توانایی آنها را برای حل مشکل و استفاده مؤثر از حمایت‌های اجتماعی افزایش می‌دهد. همچنین مطالعاتی در ایران درباره تاثیر آموزش مهارت‌های ارتباطی توسط محمودی‌راد و همکاران (۱۳۸۶) و حاجی امینی و همکاران (۱۳۷۸) بر کاهش میزان اضطراب انجام شده است.

اختلالات اضطرابی یکی از شایع‌ترین و ناتوان کننده‌ترین اختلالات روانپزشکی دوران کودکی و نوجوانی محسوب می‌شوند (Waters et al. 2008- Cartwright, et al. 2006) سن شروع اختلالات اضطرابی نسبت به سایر اختلالات روانپزشکی پایین‌تر است (Kessler, et al. 2005 و Broeren and Muris 2008) و شیوع آن در حدود ۳/۵ تا ۱۷ درصد تخمین زده می‌شود (Waters et al. 2008 و Cartwright, et al. 2006). اختلالات اضطرابی به ویژه اختلال اضطراب جدایی در میان کودکان و نوجوانان بسیار شایع است، به طوری که برخی مطالعات میزان شیوع آن را تا ۴۲ درصد نیز گزارش کرده‌اند (ذوالفقاری مطلق و همکاران ۱۳۸۸ و Hudson and Rapee 2001). همکاران (۲۰۰۱) عنوان می‌کنند در کودکان سن مدرسه علائمی به شکل محرومیت اجتماعی، اضطراب، انزوا و حساسیت بالا و افسردگی بروز می‌کند.

هراس از مدرسه در هر دانش‌آموز و در هر سنی دیده می‌شود اما طبق آکادمی روانپزشکی کودک و نوجوان آمریکا American Academy of child & adolescent psychiatry (AACAP) در ۵-۷ سالگی و ۱۱-۱۴ سالگی که اضطراب مربوط به انتقال به مدرسه بزرگتر وجود دارد، بیشتر است (Hockenberry and Wilson 2006). اغلب اضطراب‌ها و ترس‌ها در سطوح خفیف یا متوسط، برای تکامل و یادگیری کودک ضروری هستند (Li and Muris 2007, Whiteside and Brown 2008, Lopez 2007). اما اضطراب شدید در اغلب کودکان با عملکرد طبیعی کودک مداخله می‌کند و در صورت عدم درمان، ممکن است تا نوجوانی و بزرگسالی نیز ادامه یابد (Muris et al. 2003). Kendall, et al. 2007). علاوه بر این، اختلالات اضطرابی دوران کودکی با مشکلات روانی-اجتماعی و مدرسه، خطر بالای اختلالات اضطرابی در بزرگسالی، افسردگی و سوءمصرف مواد در ارتباط هستند (Dubai and Schneider 2009, Bruckl et al. 2007). خانواده نخستین کانون تربیت کودک و معمار اولیه شخصیت اوست و در این مدرسه تربیتی فرزندان به تدریج از رفتارهای پدر و مادر، الگوبرداری می‌کنند (طبرسی ۱۳۸۷). مادر با ارزش‌ترین منشا آسایش و مهر و عالیترین منبع سعادت خانوادگی است. حقیقت پنهان آن است که وجود مادر به منزله‌ی ستون فقرات شخصیت کودک است (قائمی ۱۳۸۶). والدین کودکان مضطرب احتمالاً خود اضطراب را تجربه می‌کنند که این امر منجر می‌شود تا سبک تربیتی والدین با کودکانشان به صورت محافظت بیش از حد یا مداخله زیاد در کارهای کودک باشد (Waters et al. 2008). به طوریکه در برخی از

کودکان، نوجوانان و جوانان بیش از ۵۰ درصد جمعیت جامعه را تشکیل می‌دهند و انجام مراقبت‌های بهداشتی و درمانی برای آنها مخصوصاً دانش‌آموزان به جهت اینکه در مکان و زمان مشخص و معینی حضور دارند ساده تر از سایر گروه‌های جمعیتی است، از سوی دیگر برخی از اختلالات و بیماری‌های این دوران در صورت عدم شناسائی در این مقطع زندگی، آینده سلامت فردی و اجتماعی فرد را بطور مستقیم و غیرمستقیم مورد هدف قرار داده و موجب تقلیل توانمندی‌های آنها در ابعاد مختلف خواهد شد (بهنودی ۱۳۸۸). از آنجا که هدف خدمات پرستاری بهداشت جامعه توسعه و حفظ بهداشت جوامع است، توجه به مشکلات دانش‌آموزان و خانواده‌ها باید مورد توجه پرستاران قرار گیرد (محمدی ۱۳۷۹). بنقل از سازمان جهانی بهداشت).

هدف اصلی بهداشت روانی پیشگیری از وقوع ناراحتی‌ها و حفظ سلامت روان به منظور ایجاد یک محیط فردی و اجتماعی سالم و مناسب و همچنین درمان اختلالات جزئی رفتار که از وقوع بیماری‌های روانی شدید جلوگیری کند، می‌باشد (Park & Park 2001) ولی مطالعات محدودی در زمینه فراوانی این اختلالات قابل کنترل و پیشگیری در ایران انجام و گزارش شده است و حتی در زمینه تاثیر آموزش مهارت‌های ارتباطی به مادران بر کاهش اضطراب کودکان سال اول ابتدایی مطالعه‌ای انجام نگرفته است، با توجه به اهمیت شناخت اضطراب در سالهای ابتدایی تحصیل و پیامدهای ناشی از آن بر سلامت روان و شخصیت آینده کودکان این مطالعه با هدف تعیین تاثیر آموزش مهارت‌های ارتباطی به مادران بر میزان اضطراب دانش‌آموزان اول دبستان انجام شد.

مواد و روشها:

در یک مطالعه نیمه تجربی در سال تحصیلی ۹۰-۸۹ تعداد ۱۱۴ دانش‌آموز کلاس اول دبستان مدارس ابتدایی و دولتی دخترانه و پسرانه یکی از شهرک‌های واقع در منطقه ۱ تهران مورد بررسی قرار گرفتند. پس از هماهنگی‌های لازم با آموزش و پرورش شهر تهران، از بین ۴ مدرسه دولتی ابتدایی این شهرک بطور تصادفی ساده ۲ مدرسه یک مدرسه دخترانه ($n=62$) و یک مدرسه پسرانه ($n=52$) انتخاب شدند و سپس دانش‌آموزان مورد مطالعه هر مدرسه به روش تصادفی ساده به دو گروه آزمون و کنترل تقسیم شدند.

جهت تعیین میزان اضطراب دانش‌آموزان هر دو گروه مورد مطالعه ابتدا پرسشنامه اضطراب مدرسه-گزارش معلم

برای تعیین روائی پرسشنامه پس از طی مراحل فرایند ترجمه به روش برگشتی بر مبنای روش پیشنهادی سازمان جهانی بهداشت، از دو روش روائی صوری و محتوا (نظر خواهی از سه نفر روانپزشک، اساتید و معلمان) استفاده شد. با کمک تحلیل عاملی اکتشافی و با استفاده از روش مولفه‌های اصلی و چرخش واریماکس، روائی سازه آن هم تایید گردیده است (حاجی امینی و همکاران ۲۰۱۲).

برای تعیین پایایی پرسشنامه SAS-TR از دو روش آزمون مجدد ($r=0.83$) و همسانی درونی با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ (0.806) استفاده گردید. در روش آزمون مجدد ۱۸ معلم به طور تصادفی انتخاب شدند و پرسشنامه‌ها توسط آنها تکمیل شد، سپس بعد از ۲ هفته مجدداً پرسشنامه‌ها در اختیار همان معلمان قرار گرفته و تکمیل گردید.

سپس میزان مهارت‌های ارتباطی مادران دانش‌آموزان هر دو گروه مطالعه با استفاده از پرسشنامه مهارت‌های ارتباطی کوئین دام مورد سنجش قرار گرفت. این پرسشنامه نیز توسط کوئین دام Queendom (۲۰۰۴) برای سنجش مهارت‌های ارتباطی در بزرگسالان ابداع شده است، دارای ۳۴ عبارت (گویه) است که مهارت‌های ارتباطی را توصیف می‌کنند. برای تکمیل آن، پاسخگو باید هر گویه را بخواند و سپس میزان انطباق وضعیت فعلی خود را با محتوای آن بر روی یک طیف لیکرت پنج درجه‌ای از ۱ (برای هرگز) تا ۵ (برای همیشه) مشخص کند. مهارت‌های ارتباطی فرعی که در این مقیاس مورد بررسی قرار می‌گیرند شامل پنج مهارت گوش دادن، توانایی دریافت و ارسال پیام، بینش نسبت به فرایند ارتباط، کنترل عاطفی و ارتباط توام

یافته‌ها:

در این مطالعه از بین دانش‌آموزان کلاس اول ابتدایی اکثریت آنها (۸۲/۴ درصد) آنها وضعیت تحصیلی خوب یا بسیار خوب داشتند و میزان تحصیلات مادر آنها حداقل دیپلم (۷۵ درصد) و ۸۲/۴ درصد مادران آنها خانه دار با میانگین سنی $(\pm 5/83)$ ۳۶/۰۷ سال بودند. میزان اضطراب آنها در مرحله قبل از مداخله ۱۶/۱ درصد بود (جدول ۱).

جدول شماره ۱: فراوانی مطلق و نسبی مشخصات دموگرافیک دانش‌آموزان مطالعه شده

متغیر	فراوانی	تعداد	درصد
جنسیت	دختر	۶۲	۵۴/۴
	پسر	۵۲	۴۵/۶
رتبه فرزند	اول	۳۸	۳۳/۳
	دوم	۳۶	۳۱/۵
	سوم	۲۸	۲۴/۵
	چهارم و بالاتر	۱۲	۱۰/۷
وضعیت تحصیلی	ضعیف	۶	۵/۳
	متوسط	۱۴	۱۲/۳
	خوب	۲۹	۲۵/۴
	خیلی خوب	۶۵	۵۷
تحصیلات مادر	ابتدایی و کمتر	۲	۱/۸
	راهنمایی	۱۵	۱۳/۲
	دیپلم	۴۴	۳۸
	دانشگاهی	۴۱	۳۷
شغل مادر	شاغل	۲۴	۲۱
	خانه دار	۹۰	۷۹

همانطور که جدول شماره ۲ نشان می‌دهد وضعیت مهارت‌های ارتباطی مادران دانش‌آموزان مطالعه قبل از مداخله به طور متوسط $(9/8 \pm 114)$ بود که بعد از مداخله ارتقاء مهارت‌های ارتباطی مادران با اختلاف معنی دار آماری به دست آمد ($p < 0/05$).

آزمون آماری من ویتنی نشان داد میان میزان اضطراب دانش‌آموزان دو گروه آزمون و کنترل قبل از مداخله تفاوت معناداری وجود نداشت، در حالی که آزمون آماری ویلکاکسون نشان داد که در گروه آزمون قبل و بعد از مداخله تفاوت وجود دارد ($p = 0/01$) ولی در گروه کنترل این تفاوت از نظر آماری معنادار نمی‌باشد (جدول ۳).

با قاطعیت هستند. حاصل جمع نمرات هر فرد در مجموع ۳۴ عبارت نیز یک نمره کلی برای او بدست می‌دهد که مبین مهارت‌های ارتباطی آزمودنی است. بدین سان، دامنه نمره محتمل برای هر فرد بین ۳۴ تا ۱۷۰ خواهد بود. البته باید خاطر نشان کرد که برخی از عبارات به دلیل ماهیت و محتوای آنها، در محاسبه نمره به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند.

روایی این پرسشنامه در ایران توسط چاری و فداکار (۱۳۸۴) با تحلیل عاملی انجام گردیده است و پایایی آن در نمونه‌ای متشکل از ۷۳۳ دانش‌آموز و دانشجوی ایرانی مقدار این ضرایب به ترتیب ۰/۷۱ و ۰/۶۹ بدست آمده است همچنین یوسفی (۱۳۸۵) به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۱ و دو نیمه کردن (تنصیف) برای نمره کل آزمون پایایی این پرسشنامه در نمونه دانشجویان ۷۷ بدست آمده است.

در مرحله دوم مطالعه برای آموزش مهارت‌های ارتباطی به مادران گروه آزمون پس از هماهنگی با مدیر مدرسه اولین جلسه طی دعوتنامه و پیامک از طرف مدرسه از مادران دانش‌آموزان مورد مطالعه به روش سخنرانی دعوت بعمل آمد که طی اولین جلسه در محل سالن اجتماعات مدرسه، پس از معارفه و آشنایی و توضیح اهداف و روش مطالعه، پرسشنامه مهارت‌های ارتباطی جهت تکمیل در اختیار مادران قرار گرفت. سپس آموزش مهارت‌های ارتباطی به روش سخنرانی و پرسش و پاسخ و همراه با آن با ارائه جزوه محتوای آموزشی طی ۱۲ ساعت (در مجموع ۶ جلسه ۲ ساعته به مدت ۳ هفته) ادامه یافت و طی این مدت برای گروه شاهد هیچ آموزشی داده نشد.

در مرحله سوم مطالعه پس از گذشت ۴ هفته از آخرین جلسه‌ی آموزش حضوری مجدداً برای هر دو گروه مطالعه پرسشنامه‌های سنجش مهارت‌های ارتباطی توسط مادران و اضطراب مدرسه-گزارش معلم توسط همان معلمان تکمیل گردید و پس از تجزیه و تحلیل آماری میانگین وضعیت مهارت‌های ارتباطی مادران و همچنین اضطراب دانش‌آموزان بدست آمده با میانگین قبلی مقایسه شد.

به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها از نرم افزار آماری SPSS₁₆ و آزمون‌های آماری کای اسکوتر، تی زوجی و مستقل و آزمون آماری ویلکاکسون استفاده شد و مقدار ($P < 0/05$) معنی دار لحاظ گردید. در این مطالعه از نظر اخلاقی اطلاعات پرسشنامه‌ها به صورت محرمانه ماند و در پرونده دانش‌آموزان ثبت نگردید و پس از انجام تست پیگیری محتوای آموزشی در اختیار گروه کنترل نیز قرار گرفت.

جدول ۲: مقایسه اختلاف میانگین نمرات حیطه‌های مختلف مهارت‌های ارتباطی مادران در دو گروه مورد مطالعه قبل و بعد از مداخله

مهارت‌های ارتباطی	گوش دادن	تنظیم عواطف	درک پیام	بینش	قاطعتیت	کل
میانگین	میانگین	میانگین	میانگین	میانگین	میانگین	میانگین
(±انحراف معیار)	(±انحراف معیار)	(±انحراف معیار)	(±انحراف معیار)	(±انحراف معیار)	(±انحراف معیار)	(±انحراف معیار)
آزمون	۱/۹۱±۳/۲	۳/۹۱±۴/۱۱	۳/۶۳±۴/۴	۱/۵۷±۳/۸	۰/۹۸±۳/۱	۱۲/۰۲±۸/۸
کنترل	۰/۳۴±۳/۸	۷/۹۸±۴/۷	۱/۴۷±۵/۲	۰/۵۱±۳/۸	۰/۲۹±۳/۲	۳/۴۲±۱۲/۸
من ویتنی سطح معناداری	۰/۰۴	۰/۰۰۱	۰/۰۱	۰/۱۲	۰/۳۸	۰/۰۰۱

جدول ۳: مقایسه میزان اضطراب کلی دانش‌آموزان گروه سخنرانی با گروه شاهد قبل و بعد از مداخله

مرحله	قبل	بعد	ویلیکسون سطح معناداری
میانگین	میانگین	میانگین	
(±انحراف معیار)	(±انحراف معیار)	(±انحراف معیار)	
آزمون	۷/۶۱ (±۱۱/۲۶)	۴/۳۸ (±۷/۶۷)	۰/۰۰۱
کنترل	۷/۹۸ (±۸/۶۵)	۷/۹۹ (±۸/۷۹)	۰/۹
من ویتنی سطح معناداری	>۰/۰۹	<۰/۰۰۱	

بحث:

اختلالات اضطرابی یکی از شایع‌ترین اشکال اختلالات روانی در کودکان و نوجوانان می‌باشد که در صورت شناسایی زودرس درمان موثر آن می‌تواند از بروز و تشدید آن در بزرگسالی پیشگیری نماید (Action 2007) لذا با توجه به نقش والدین بخصوص مادران در تامین سلامت روان کودکان، این مطالعه با هدف بررسی تاثیر آموزش مهارت‌های ارتباطی مادران بر کاهش میزان اضطراب دانش‌آموزان کلاس اول ابتدایی یکی از شهرک‌های اطراف تهران انجام شد.

نتایج نشان داد که ۸۲/۴ درصد کودکان وضعیت تحصیلی خوب یا بسیار خوب داشتند و ۷۵ درصد از مادران میزان تحصیلات آنها حداقل دیپلم بود که با توجه به موقعیت جغرافیائی محیط پژوهش که واقع در منطقه ۱ آموزش و پرورش شهر تهران می‌باشد قابل توجیه است. فراوانی اضطراب در جامعه مورد مطالعه قبل از مداخله آموزش مادران، ۱۶/۱ درصد می‌باشد که با نتایج مطالعات گزارش شده از جمله Costello و همکاران (۲۰۰۴) که میزان شیوع اختلالات اضطرابی در کودکان و نوجوانان را ۲۰ درصد گزارش کردند مشابه است. Egger و Angold (۲۰۰۶) نیز شیوع «هر یک از اختلالات روانپزشکی» از جمله اضطراب، افسردگی و اختلالات رفتاری را در کودکان ۵-۲ ساله مراکز غیر روانپزشکی بین

۲۶-۱۶ درصد گزارش کردند. Birmaher و همکاران (۲۰۰۶) نیز این میزان را در کودکان پیش‌دبستانی ۲۲ درصد گزارش نمودند که محدوده اختلالات اضطرابی گزارش شده با نتایج این مطالعه همخوانی دارد.

وضعیت مهارت‌های ارتباطی مادران دانش‌آموزان مطالعه قبل از مداخله در محدوده متوسط بود که بعد از آموزش افزایش مهارت‌های ارتباطی مادران با اختلاف معنی دار آماری به دست آمد ($p < 0.05$) در مطالعات مشابه در زمینه وضعیت مهارت‌های ارتباطی بر روی دیگر گروه‌ها مانند زنان و بخصوص جامعه پرستاران انجام گرفته است. نتایج مطالعه خدیوی و همکاران (۱۳۸۴) بیانگر موثر بودن آموزش مهارت‌های زندگی در نمونه‌ای از زنان اردبیل بود که با نتایج حاصل از مطالعه حاضر سنخیت دارد.

نتایج مطالعه حاضر نشان داد که اختلاف معناداری بین سطح اضطراب دانش‌آموزان قبل و بعد از مداخله وجود دارد. مطالعات مشابه درباره تاثیر آموزش مهارت‌های ارتباطی بر زمینه‌های مختلفی انجام گرفته است از جمله Drysdale و همکاران (۲۰۰۴) تاثیر آموزش مهارت‌های ارتباطی بر مشکلات هوشی کودکان ۱۱-۹ ساله، Turner و همکاران (۲۰۰۸) تاثیر مهارت حل مسئله و ارتباطات مؤثر در نوجوانان بیانگر نقش

امکان مقایسه فردی مهارت‌های ارتباطی مادران قبل و بعد بود که بدین منظور مجبور به مقایسه میانگین و انحراف معیار در گروه مطالعه بصورت قبل و بعد از مداخله شدیم به همین منظور انجام مطالعه در جامعه بزرگتر و در مناطق دیگر آموزش و پرورش و همچنین بررسی تاثیر آموزش مهارت‌های ارتباطی معلمان بر کاهش میزان اضطراب دانش‌آموزان توصیه می‌شود.

نتیجه‌گیری:

نتایج مطالعه نشان داد که آموزش مهارت‌های ارتباطی به مادران در کاهش اضطراب کودکان موثر می‌باشد. لذا با توجه به فراوانی اضطراب جدائی و حتی اجتماعی در کودکان بخصوص دانش‌آموزان پایه اول دبستان و با توجه به نقش والدین بخصوص مادران در تامین سلامت روان دانش‌آموزان و مسئولیت مدارس در تامین سلامت روان دانش‌آموزان، ضرورت آموزش مهارت‌های ارتباطی به مادران دانش‌آموزان پایه اول یا پیش دبستانی به محض جدائی از محیط خانواده و ورود به مدرسه جهت کنترل و کاهش این اضطراب توصیه می‌شود.

تقدیر و تشکر:

این مطالعه بصورت طرح پژوهشی و با حمایت مالی مشترک دانشکده پرستاری و مرکز تحقیقات علوم رفتاری دانشگاه علوم پزشکی بقیه ا... (عج) انجام شده است لذا نویسندگان بر خود لازم می‌دانند ضمن تشکر از مراکز فوق، از مسئولین آموزش و پرورش منطقه ۱ تهران و مدارس منتخب و همچنین کلیه معلمان و مادران عزیزی که پژوهشگران را در راستای اجرای این مطالعه یاری نمودند تقدیر و تشکر را بعمل آورند.

موثر این آموزش‌ها بوده اند. نتایج مطالعه محمودی‌راد و همکاران (۱۳۸۶) نیز بیانگر نقش موثر این آموزش‌ها بر اعتماد به نفس و هوش‌بهر دانش‌آموزان بود. نتایج مطالعه برمکوهی (۱۳۸۸) نیز نشانگر تاثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر کاهش علائم افسردگی و مشکلات روانشناختی بود (برمکوهی ۱۳۸۸). که همه یافته‌های فوق با نتایج حاصل از مطالعه ما همخوانی دارد. ولی این یافته با نتایج مطالعه Gadomski و همکاران (۲۰۱۰) که تاثیر آموزش مهارت‌های ارتباطی به متخصصان بهداشت روانی و اثر آن بر روی پذیرش مراقبت اولیه کودکان ۵-۱۶ ساله مراجعه کننده جهت غربالگری مشکلات بهداشت روانی را سنجید و تفاوت معناداری در افزایش و تداوم مراجعات آنها در دو گروه آموزشی و کنترل گزارش ننموده اند مطابقت ندارد و ضمن این که توجیه نقش موثرتر مادران نسبت به کارکنان بهداشتی - درمانی بر میزان اضطراب کودکان واضح می‌باشد، اختلاف محیط پژوهش و اضطراب را بودن مراکز بهداشتی درمانی می‌تواند یکی دیگر از عوامل احتمالی عدم کاهش میزان اضطراب در کودکان مورد مطالعه باشد. با توجه به اینکه در مطالعه حاضر، مادران مورد آموزش قرار گرفتند انجام مطالعات جامع تر در این زمینه پیشنهاد می‌شود.

از آنجا که اولین محیط اجتماعی برای انسان خانواده است و در آن شخصیت هر فرد پایه گذاری می‌شود و کودک تحت تاثیر شرایطی است که والدین برای او فراهم آورده اند و نقش مادر بیش از دیگران است، (Park & Park 2001) باید روابط سالم در خانواده مورد توجه بیشتر باشد.

عدم امکان دریافت اسامی و شماره تلفن برخی از مادران یکی از محدودیت‌های اساسی این مطالعه بود که منجر به عدم

REFERENCES

- Action A O Asad J AM (2007) Practice parameter for the assessment and treatment of children and adolescents with anxiety disorders. *Psychiatry*. 46(7) 894- 921.
- Barmkuhy, A. A. (2009). [Life skills training to reduce depression]. *Iranian Psychologists Journal*. 5(20) 297-306. (Persian).
- Behnudi Z (2007) *Fundamental of Community Health* 1,2,3. Boshra, Tehran.
- Birmaher B Ehmann M Axelson DA et al. (2009). Schedule for affective disorders and schizophrenia for school-age children (K-SADS-PL) for the assessment of preschool children-A preliminary psychometric study. *Journal of Psychiatric Research*. 43(7) 680-6.
- Broeren S Muris P(2008) Psychometric evaluation of two new parent-rating scales for measuring anxiety symptoms in young Dutch children. *Journal of Anxiety Disorders*. 22(6) 949-58.

- Bruckl TM Wittchen HU Ho fler M et al (2007) Childhood separation anxiety and the risk of subsequent psychopathology: Results from a community study. *Psychotherapy and Psychosomatics*. 76(1) 47-56.
- Cartwright-Hatton S, McNicol K, Doubleday E. (2006). Anxiety in a neglected population: Prevalence of anxiety disorders in pre-adolescent children. *Clinical Psychology Review* 26(7) 817-33.
- Costello EJ, Egger HL, Angold A(2004). *Developmental epidemiology of anxiety disorders*. New York, NY: Oxford University Press.
- Dehkordi A H Delaram M Safdari F et al. (2008)[Comparison of speech and self awareness of parents of children with thalassemia major on how to care for their children]. *Journal of ShahreKord University of Medical Sciences*. 10(2) 52-8(Persian).
- Drysdale, J., Casey M, Porter- Armstrong A (2008). "Effectiveness of training on the community skills of children with intellectual disabilities." *Scandinavian Journal of Occupational Therapy* 15(4): 247-55..
- Dubi K & Schneider S (2009) The Picture Anxiety Test (PAT): A new pictorial assessment of anxiety symptoms in young children. *Journal of Anxiety Disorders*. 23(8) 1148-57.
- .Egger H L Angold A (2006). Common emotional and behavioral disorders in preschool children: Presentation, nosology, and epidemiology. *Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*. 47(3-4) 313-37.
- Gadomski A Wissow LS Slade E Jenkins P. (2010). Training clinicians in mental health communication skills: Impact on primary care utilization. *Academic Pediatrics*. 10(5) 346-52.
- Gar, N. S and Hudson J.L(2008). "An examination of the interactions between mothers and children with anxiety disorders." *Behavior research and therapy* 46(12): 1266-74..
- Ghaemi, A. (2007). *Mother's role in education* Tehran, Amiri..
- Hajamini Z Ajali A Fathi-Ashtiani A Ebadi A Dibaji M Delkhosh M (1999) [The study of the effects of social skills training on teenagers emotional responses]. *Journal of Behavior Science*. 2(3) 263-9. (Persian).
- Hajiamini Z Mohamadi A Ebadi A et al. (2012) The School Anxiety Scale-Teacher Report (SAS-TR): translation and psychometric properties of the Iranian version. *BMC psychiatry* 12(1) 82-90.
- Hockenberry, M. J. and D. Wilson (2006). *Wong's Nursing Care of Infants and Children*. Recherche, 8th Edition.
- Hudson, J. L. and R. M. Rapee (2001). Parent-child interactions and anxiety disorders: An observational study. *Behavior Research and Therapy*. 39(12) 1411-27.
- Hussein, M. C. and M. M. Fadakar (2005). "The effect university on communication skills based on comparison of students." *Behavior Daneshvar Journal new era*: 5-6. [In Persian].
- Khadivi R Moezi M Shakeri M et al (2003).[Effectiveness of life skills education on prevention of suicide attempts among women in Ardabil city] *Journal of Ilam University of Medical Sciences*. 13(1) 13-20. (Persian).
- Kendall PC Puliafico AC Barmish AJ et al. (2007) Assessing anxiety with the child behavior checklist and the teacher report form. *Journal of Anxiety Disorders*. 21(8) 1004-15.
- Kessler RC Berglund P Demler O et al (2005) Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of DSM-IV disorders in the National Comorbidity Survey Replication. *Archives of General Psychiatry*. 62(6) 593-9.
- Li H C Lopez V (2007). Development and validation of a short form of the Chinese version of the State Anxiety Scale for Children. *International Journal of Nursing Studie*. 44(4) 566-573.
- Lyneham HJ, Street AK, Abbott MJ, Rapee RM. (2008). Psychometric properties of the school anxiety scale—Teacher report (SAS-TR). *Journal of Anxiety Disorders* 22(2) 292-300.
- Mangrulkar L Whitman CV Posner, M. (2001). *Life skills approach to child and adolescent healthy human development*. Pan American Health Organization, Division of Health Promotion and Protection, Family Health and Population Program, Adolescent Health Unit.
- Masoudzadeh, A. Khalilian, A, Ashrafi M, Kimiabeyki K K (2005) [Mental status of school students of Sarri city in 2002-2003]. *Journal of Mazandaran University of Medical Sciences* 15(45) 74-82(Persian).
- Mohammadi R (2000).[*Community Health Nursing*]. Ney, Tehran. (In Persian).

- Muris, P (2007) Normal and Abnormal Fear and Anxiety in Children and Adolescents. Oxford Elsevier.
- Muris P Meesters C Mayer B et al. (2003). The Koala Fear Questionnaire: A standardized self-report scale for assessing fears and fearfulness in pre-school and primary school children. Behaviour Research and Therapy 41(5) 597-17.
- Park J.E & Park K (2001). Text book of Preventive and Social Medicine: A Treatise on Community Health, Banarsidas Bhanot publishing 13th ed.
- Queendom (2004). Communication skills Test-Revise Available online by internet: <http://www.queendom.com/cgi-bin/transfer.cgi>
- Mahmudi Rad M (2007). [The role of education communication skills and social problem-solving on self-esteem and IQ third grade students]. Rehabilitation in Mental Diseases. 29: 25-32. (Persian).
- Tabarsi, M J M (2008)[Rights of children in school inmate PBUH] Qom, Institute Gardens Books (Persian).
- Turner NE Macdonald J Somerset M (2008) Life skills, mathematical reasoning and critical thinking: A curriculum for the prevention of problem gambling. Journal of Gambling Studies 24(3) 367-80.
- Waters AM Craske MG Bergman RL et al (2008) Developmental changes in startle reactivity in school-age children at risk for and with actual anxiety disorder. International Journal of Psychophysiology. 70(3) 158-64.
- Whiteside, S. P. and Brown A. M. (2008). "Exploring the utility of the Spence Children's Anxiety Scales parent-and child-report forms in a North American sample." Journal of Anxiety Disorders 22(8): 1440-46.
- Yousefi, F. (2006). "Relationship between Emotional intelligence and communication skills in students" Iranian Psychologists 3(9): 123-35. [In Persian].
- Zolfaghari Motlagh M Jazayeri AR Khoshabi K et al (2009). [Effectiveness of Attachment Based Therapy on reduction of symptoms in separation anxiety disorder]. Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology. 14(4) 380-8(Persian).

Effects of communication skills educational intervention of Mothers of school age children on their children anxiety level

Ashraf Mohamadi¹, Zahra Hajiamini^{2*}, Abbas Ebadi¹, Ali Fathi-Ashtiani³, Matin Aliasgari⁴

¹ Nursing Department, Bagiyatallah University of Medical Sciences, Tehran, Iran

² Behavioral Sciences Research Center, Nursing Department, Bagiyatallah University of Medical Sciences, Tehran, Iran
Behavioral Sciences Research Center, Department of Psychology, Baqiyatallah University of Medical Sciences, Tehran, Iran

³ Nursing Department, Tarbiat Modares University of Medical Sciences, Tehran, Iran

⁴ Medicine Department, Iran University of Medical Sciences, Tehran, Iran

■ Corresponding author: z_hajiamini@hotmail.com

Abstract

Background: Anxiety disorders are one of the most common mental disorders in children. In regard with the importance effect of appropriate communication among parents specially mothers and children, on mental health of children, this study investigated the effects of communication skills training for mothers on anxiety levels of school students in Tehran.

Methods and Material: In a quasi-experimental study, 114 students in first grade class, in an area in Tehran and their mothers were included. Before the intervention, children's anxiety was assessed by using the School Anxiety Scale –Teacher report (SAS-TR (SAS-TR), and mothers' communication skills was measured by Queendom communication skills questionnaire. The mothers of the children in intervention group were provided a communication skills education program. Mothers of the children in control group were also provided with communication skills education after completion of the study. Two month after the educational intervention mothers' communicational skills and their children's anxiety in two groups were assessed by two questionnaires and compared with pre intervention stage. Data were analyzed by SPSS statistical software.

Findings: Wilcoxon statistical test showed a significant decrease in anxiety scores of children of mothers of intervention group ($p < 0.05$), while no significant difference was found between pre and post educational intervention anxiety scores in control group. Mean scores of mothers' communicational skills was ($114. \pm 8/9$) before Intervention which significantly increased after educational program ($p < 0.05$).

Conclusion: Anxiety of students in primary school has a high incidence, diagnosis and early treatment could prevent future complications. According to this study findings, communication skills training for mothers is an effective way to reduce the anxiety students.

Keywords: Anxiety, student, teacher, School anxiety scale - teacher report (SAS-TR), communication skills training

