

تاریخ دریافت مقاله: ۹۰/۴/۲

تاریخ تصویب مقاله: ۹۰/۱۰/۱۴

بررسی تأثیر آموزش ابراز وجود بر مؤلفه های مهارت های اجتماعی دانش آموزان دختر مقطع پیش دانشگاهی

عبداله رشیدزاده*، دکتر اسکندر فتحی آذر** و دکتر تورج هاشمی***

چکیده

هدف پژوهش حاضر، بررسی تأثیر آموزش ابراز وجود بر مؤلفه های مهارت های اجتماعی دانش آموزان دختر مقطع پیش دانشگاهی بود. در این تحقیق که از نوع نیمه آزمایشی بود، تعداد ۵۰ دانش آموز به صورت نمونه در دسترس از یکی از مدارس شهرستان ورزقان انتخاب شد و در دو گروه آزمایشی و کنترل (هر گروه ۲۵ نفر) جایگزین شدند. برای اندازه گیری مهارت های اجتماعی از پرسشنامه مهارت های اجتماعی ماتسون (۱۹۸۳) استفاده شد. و برای تحلیل داده ها از روش تحلیل کوواریانس یک راهه استفاده شد. تحلیل نتایج نشان داد که آموزش ابراز وجود، تأثیر مثبت و معنی دار بر مؤلفه های مهارت های اجتماعی دانش آموزان دارد. این یافته ها، به طور تلویحی حاکی از آن است که کاربرد آموزش ابراز وجود در محیط های آموزشی تأثیر بسزایی در ارتقاء مهارت های اجتماعی و زندگی دانش آموزان دارد ($P < 0/001$).

واژه های کلیدی: آموزش ابراز وجود، مهارت های اجتماعی، ابراز وجود.

Email: a.rashidzade@yahoo.com

* کارشناس ارشد روانشناسی تربیتی

** استاد دانشگاه تبریز

*** استادیار دانشگاه تبریز

مقدمه

کودکان و نوجوانان از طریق کسب مهارت های اجتماعی مهمی نظیر همکاری، سازش، ارتباط و دوست یابی به درون گروه همسالان خود، راه یافته و پایه و اساس زندگی اجتماعی را تشکیل می دهند. (استوارت و سندن^۱، ۱۹۹۵) از مشکلات عمده ای که تأثیر بازدارنده بر کار آمدی و پویایی نوجوانان دارد و از شکل گیری سالم هویت و نیز شکوفایی استعدادها و قوای فکری و عاطفی آنان جلوگیری می کند، مشکل برقراری ارتباط اجتماعی و نداشتن مهارت های لازم اجتماعی است. (مهرابی زاده، تقوی و عطاری، ۱۳۸۸) همکاری، مشارکت با دیگران، کمک کردن، آغاز گر رابطه بودن، تقاضای کمک کردن، تعریف و تمجید و قدردانی کردن، مثال هایی از مهارت ها و رفتارهای اجتماعی است. یادگیری رفتارهای فوق و ایجاد رابطه اثر بخش با دیگران یکی از مهم ترین دستاورد دوران های نوجوانی و جوانی است. با این حال همه نوجوانان موفق به فراگیری این مهارت ها نمی شوند. (الیوت و گرشام^۲، ۱۹۹۹) کودکانی که مهارت های اجتماعی کافی کسب کرده اند در ایجاد ارتباط با همسالان و یادگیری در محیط آموزشی موفق تر از کودکانی هستند که فاقد این مهارت ها می باشند. (تیلر^۳، هویس^۴ و والکر^۵، ۲۰۰۱؛ آشر^۶، ۲۰۰۳، به نقل از ایلکنور^۷ و بالبین^۸، ۲۰۰۷) آموزش ابراز وجود، یک روش چند محتوایی رفتاری بوده و اجزای آن عبارتند از: راهنمایی، ایفای نقش، الگوسازی، پسخوراند،

۱-Stuart&Sundeen

۲- Elliot & Gresham

۳-Tayler

۴-Hopes

۵-Walker

۶-Asher

۷-ILknur

۸-Bulbin

تمرین و مرور رفتاری به صورت تجسمی و عینی. (آچن^۱، ۱۹۹۷) برنامه آموزش ابراز وجود، بدین منظور طرح ریزی می شود تا عقاید و رفتارهای جرأت‌مندانانه افراد را بهبود بخشد؛ به طوریکه آنها بتوانند، با دیدی بهتر به خود نگرسته، به "خود اعتمادی" برسند، به طور مناسب عواطف و تفکرات فردی خود را نشان دهند و در نتیجه روابط میان فردی موثرتری را با دیگران برقرار نمایند. (هارجی و دیکسون^۲، ۲۰۰۴) ابراز وجود یک مهارت آموخته شده است نه یک صفت که یک فرد یا دارای آن است، یا از آن بهره مند نیست. لذا یک برنامه صحیح آموزشی ابراز وجود قادر است دید افراد را نسبت به خودشان تغییر دهد؛ اعتماد به خود را در آنها تقویت کند و روابط بین فردی را بهبود بخشد. (لین و همکاران، ۲۰۰۴) آزایس، گرانگر، دبری و داکروکس^۳ (۱۹۹۹)، در بررسی خود به این نتیجه رسیدند که ابراز وجود سبب بهبود سازگاری در تعامل اجتماعی می شود و کنش ناموفق ابراز وجود، سبب افزایش اضطراب، افسردگی و اختلالات شخصیتی می شود. بارتون-آرود و همکاران^۴ (۲۰۰۵)؛ اماندا و همکاران^۵ (۲۰۰۸)، در تحقیق خود اشاره کرده اند که آموزش مهارت های اجتماعی بخصوص ابراز وجود، تأثیر مثبتی بر سازگاری اجتماعی و افزایش مهارت های اجتماعی دارد. نتایج پژوهش وردین^۶ و همکارانش (۱۹۹۰)، نشان داده است که آموزش مهارت های اجتماعی، موجب بهبودی قابل توجهی در فعالیت ها و رفتارهای اجتماعی دانش آموزان و همچنین اعتماد به نفس آنها می شود. رحیمی، حقیقی، مهربانی زاده هنرمند و بشلیده (۱۳۸۵) در پژوهشی نشان دادند که آموزش جرأت ورزی باعث افزایش مهارت های اجتماعی، ابراز وجود و کاهش اضطراب اجتماعی می شود. یعقوبی (۱۳۸۰)، در پژوهش خود بر روی دانش آموزان مقطع متوسطه شهرستان تفرش

^۱ - Aschen

^۲ - Hargie, Sunders & Dickson

^۳ - Azais, Granger, Debray & Ducroix

^۴ - Barton & Arwood

^۵ - Amanda

^۶ - Verduyn

نشان داد که آموزش ابراز وجود از طریق ایفای نقش به صورت گروهی بر بهبود مهارت های اجتماعی موثر است. غفاریان زاده (۱۳۷۹)، در یک پژوهش آزمایشی تاثیر مثبت آموزش جرأت ورزی را بر پیشرفت تحصیلی و مهارت های اجتماعی دختران دانش آموز مقاطع راهنمایی و متوسطه منطقه ۱۴ تهران گزارش کرده است. همچنین آچن، (۱۹۹۵)؛ پترسون و همکاران^۱، (۲۰۰۲)؛ (راندی و میشل^۲، ۲۰۰۸)؛ رحیمیان بوگر، شاره، حبیبی عسگرآباد و بشارت (۱۳۸۶)؛ و سلیمانی، به پژوه، افروز، لواسانی (۱۳۸۸)، در تحقیقات خود بر تاثیر گذاری آموزش ابراز وجود تأکید کرده اند. لذا با توجه به اظهار نظر ها و یافته های پژوهشی متفاوت در خصوص اثر بخش بودن آموزش ابراز وجود در اقشار مختلف جامعه و ضرورت کسب مهارت های اجتماعی در دانش آموزان، این پرسش مطرح می شود که آیا آموزش مهارت های ابراز وجود قادر است تغییرات موثری در مهارت های اجتماعی دانش آموزان دختر ایجاد کند.

تحقیق: تعیین اثربخشی آموزش ابراز وجود بر مولفه های مهارت های اجتماعی دانش آموزان دختر مقطع پیش دانشگاهی.

با توجه به هدف پژوهش، فرضیات مورد بررسی عبارت بودند از:

- ۱- آموزش ابراز وجود موجب افزایش مهارت های اجتماعی مناسب دانش آموزان می شود.
- ۲- آموزش ابراز وجود موجب کاهش مهارت های اجتماعی نامناسب دانش آموزان می شود.
- ۳- آموزش ابراز وجود موجب کاهش رفتارهای تکانشی و پرخاشگری دانش آموزان می شود.
- ۴- آموزش ابراز وجود موجب افزایش اطمینان زیاد به خود داشتن (برتری طلبی) دانش آموزان می شود.
- ۵- آموزش ابراز وجود موجب افزایش رابطه با همسالان دانش آموزان می شود.

^۱ - Paterson & et al

^۲ - Randy & Michelle

جامعه و نمونه آماری

جامعه مورد مطالعه شامل کلیه دانش آموزان دختر مقطع پیش دانشگاهی شهرستان ورزقان بود که در سال تحصیلی ۸۹-۸۸ مشغول تحصیل بودند. از جامعه مذکور، تعداد ۵۰ دانش آموز به شیوه نمونه در دسترس انتخاب و در دو گروه آزمایش و کنترل (هر گروه ۲۵ نفر) جایگزین شدند. برای گروه آزمایش ۸ جلسه آموزشی شامل آموزش مهارت های ابراز وجود به طور مداوم به مرحله اجرا گذارده شد و برای گروه کنترل این آموزش ها ارائه نگردید. لازم به ذکر است که دانش آموزان دو گروه از نظر برخی ویژگی ها از قبیل معدل کلاسی، سن، رشته و مقطع تحصیلی همتا سازی شده بودند.

روش پژوهش

روش پژوهشی به کار رفته با توجه به اهداف پژوهش، ماهیت و عنوان پژوهش از نوع مطالعه نیمه تجربی همراه با پیش آزمون و پس آزمون با گروه کنترل می باشد. که در آن، گروه های مورد مطالعه در دو نوبت پیش آزمون و پس آزمون مورد ارزیابی قرار گرفتند و اندازه های مربوط به متغیر وابسته (مهارت های اجتماعی) به دست آمد. دلایل استفاده محقق از این طرح این بود؛ که در این تحقیق فقط نمونه گیری تصادفی امکان پذیر بود و جایگزینی تصادفی و کنترل کامل امکان پذیر نبود و همچنین به دلیل عدم استفاده از طرح های آزمایشی واقعی در علوم انسانی، طرح های نیمه تجربی در علوم انسانی بهتر از طرح های شبه تجربی می توانند برخی از متغیرهای موثر بر نتایج تحقیق را کنترل نمایند.

ابزار پژوهش

برای سنجش مهارت های اجتماعی از پرسشنامه مهارت های اجتماعی ماتسون استفاده شد. این پرسشنامه توسط ماتسون و همکاران در سال ۱۹۸۳ برای سنجش مهارت های اجتماعی کودکان و نوجوانان تدوین گردیده است. در این مقیاس پاسخ ها بر اساس یک شاخص پنج

درجه ای از نوع مقیاس لیکرت با دامنه ی نمره ی ۱ (هیچ وقت) تا ۵ (همیشه) نمره گذاری می شود. برای این مقیاس، ۵ مولفه یا خرده مقیاس فرعی به شرح زیر تدوین شده است: مهارت اجتماعی مناسب^۱، جسارت نامناسب^۲ (رفتارهای غیر اجتماعی)، تکانشی عمل کردن و سرکش بودن^۳ (پرخاشگری)، اطمینان زیاد به خود داشتن^۴، حسادت، گوشه گیری^۵ یا رابطه با همسالان. (ماتسون^۶ و همکاران، ۱۹۸۳) طبق بررسی یوسفی و خیر (۱۳۸۱)، پایایی مقیاس مهارت های اجتماعی با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ و روش تصنیف در کل مقیاس برابر با ۰/۸۶ گزارش شده است.

شیوه اجرا و انجام مداخله

بعد از جایگزینی آزمودنی ها در گروه آزمایش و کنترل و بعد از اجرای پیش آزمون، گروه آزمایش طی ۸ جلسه تحت آموزش ابراز وجود قرار گرفت. مداخله آزمایشی در مدت ۸ جلسه ۹۰ دقیقه ای به شرح زیر بر روی گروه آزمایشی انجام گرفت: جلسه اول: معارفه، تعریف و بیان ضرورت ابراز وجود و فواید آن در زندگی روزمره. دادن تکلیف در مورد به یاد آوردن موقعیت هایی که فرد در آن به صورت غیر جرأت ورزانه عمل می نموده است و عکس العمل وی در آن موقعیت ها. جلسه دوم: ارائه گزارش تکلیف جلسه قبل و دادن پس خوراند. بحث در خصوص حقوق افراد و آشنا کردن دانش آموزان با حقوق خود. دادن تکلیف، در مورد مواجه شدن با موقعیت های جدید و عکس العمل نسبت به آن موقعیت ها. جلسه سوم: ارائه گزارش از تکالیف جلسه قبل و دادن پس خوراند، بحث در خصوص رفتارهای مبتنی بر ابراز وجود و رفتارهای جایگزین، علل عدم ابراز وجود، دادن تکلیف در خصوص تشخیص رفتار جرأت

^۱ - appropriate social skills

^۲ - inappropriate assertiveness

^۳ - impulsive/recalcitrant

^۴ - overconfident

^۵ - jealousy/withdrawal

^۶ - Matson

ورزانه و پرخاشگرانه و منفعل. جلسه چهارم: ارائه گزارش تکالیف و دادن پسخوراند، تمرکز روی رفتارهای پرخاشگرانه، بحث درباره موضوعات زیر: چرا خشمگین می شویم؟ آیا خشم مفید است یا نه؟ عواقب عدم ابراز آن چیست؟ شرح و توصیف برخی از علایم خشم پنهانی. دادن تکلیف در خصوص حفظ آرامش و کنترل خشم در موقعیت های مختلف. جلسه پنجم: ارائه گزارش تکالیف جلسه قبل و دادن پسخوراند، بحث در خصوص فواید خشم، شیوه های کنترل خشم، شناخت هیجان ها و کنترل آنها، تشخیص زمان و مکان ابراز خشم با استفاده از روش باز سازی شناختی و تمرین موقعیت ها در کلاس. تکلیف: تصور موقعیت های خشم، حفظ آرامش و کنترل خشم در مقابل دیگران و تمرین در موقعیت های واقعی و بیان آن تجربه در جلسه بعد. جلسه ششم: ارائه گزارش تکالیف و دادن بازخورد، بحث در خصوص حقوق فردی واجتماعی و آگاهی از آن به عنوان پیش زمینه های شناختی برای توانایی بله و نه گفتن، چرا باید بله و نه بگوییم؟ علل ناتوانی در " نه " و " بله " گفتن، بررسی عواقب احترام به در خواست خود در مقابل دیگران، آشنایی با روش های در خواست کردن، بله و نه گفتن با تکیه بر تجربیات دانش آموزان با روش ایفای نقش در کلاس. دادن تکلیف برای بحث در جلسه بعد. جلسه هفتم: ارائه گزارش تکلیف جلسه قبل و دادن پس خوراند. بحث در خصوص انتقاد. برخورد مناسب و موثر با انتقاد. کنار آمدن با انتقاد. دادن تکلیف در خصوص کنار آمدن با انتقاد. جلسه هشتم: ارائه گزارش جلسه قبل و دادن پسخوراند، جمع بندی و پرکردن فرم نظرخواهی.

یافته ها

داده های مربوط به فرضیه های پژوهش با استفاده از روش تحلیل کوواریانس مورد تحلیل قرار گرفت. آزمون تحلیل کوواریانس نسبت به دو پیش فرض رگرسیون و تحلیل واریانس توانمند است. (سرمد، ۱۳۸۴) جهت بهره گیری از این روش ابتدا مفروضه های همگنی رگرسیون آماری و برابری واریانس خطای گروه های مورد مطالعه مورد بررسی قرار گرفت. برای این امر از نمودارها و نیز بررسی وجود رابطه ی خطی بین منغیرهای تصادفی کمکی و وابسته استفاده

شد و نیز مفروضه ی برابری واریانس خطای گروه های مورد مطالعه از طریق آزمون مقدور گردید.

فرضیه ۱: "آموزش ابراز وجود موجب افزایش مهارت های اجتماعی مناسب دانش آموزان می شود." چنان که بیشتر عنوان شد، برای تحلیل داده های مربوط به این فرضیه از روش تحلیل کوواریانس استفاده شد. داده های این فرضیه در جدول ۱ ارائه شده است.

جدول ۱: تحلیل کوواریانس تأثیر آموزش ابراز وجود بر مهارت اجتماعی مناسب

منابع تغییر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی داری	مجذورات اتا
پیش آزمون	۹۰۱/۸۳۰	۱	۹۰۱/۸۳۰	۷۵/۲۷۹	۰/۰۰۱	۰/۶۱۶
گروه	۳۳۰/۰۳۶	۱	۳۳۰/۰۳۶	۲۷/۵۴۹	۰/۰۰۱	۰/۳۷۰
خطا	۵۶۳/۰۵۰	۴۷	۱۱/۹۸۰			
کل	۲۸۸۰۰۰	۵۰				

مندرجات جدول ۱ نشان می دهد که اثر متغیر مستقل (آموزش ابراز وجود) بر متغیر وابسته (مهارت های اجتماعی مناسب) معنی دار است. ($F=27/549$, $P<0/001$, $\text{مجذوراتا}=0/370$). بنابراین می توان نتیجه گرفت که آموزش ابراز وجود تأثیر مثبت و معنی دار بر مهارت های اجتماعی مناسب دانش آموزان دارد و این معنی داری با توجه به میانگین گروه های آزمایش و کنترل به نفع گروه آزمایشی می باشد.

فرضیه ۲: "آموزش ابراز وجود موجب کاهش مهارت های اجتماعی نامناسب دانش آموزان می شود." چنانچه پیشتر عنوان شد برای تحلیل داده های مربوط به این فرضیه از روش تحلیل کوواریانس استفاده شد. داده های مربوط به این روش در جدول ۲ درج شده است.

جدول ۲: تحلیل کوواریانس تأثیر آموزش ابراز وجود بر مهارت های اجتماعی نامناسب

منابع تغییر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی داری	مجذوراتا
پیش آزمون	۸۹۲/۰۵۰	۱	۸۹۲/۰۵۰	۶۸۶/۵۲۸	۰/۰۰۱	۰/۹۳۶
گروه	۱۶۱/۸۸۸	۱	۱۶۱/۸۸۸	۱۲۴/۵۹۰	۰/۰۰۱	۰/۷۲۶
خطا	۶۱/۰۷۰	۴۷	۱/۲۹۹			
کل	۱۶۴۱۷	۵۰				

مندرجات جدول ۲، نشان می دهد که اثر متغیر مستقل (آموزش ابراز وجود) بر متغیر وابسته (مهارت های اجتماعی نامناسب) معنی دار است. ($F= ۱۲۴/۵۹۰$ ، $P<۰/۰۰۱$ ، $\text{مجذوراتا}=۰/۷۲۶$) بنابراین می توان نتیجه گرفت که آموزش ابراز وجود تأثیر معنی دار بر مهارت های اجتماعی نامناسب دانش آموزان دارد و این معنی داری با توجه به میانگین گروه های آزمایش و کنترل به نفع گروه آزمایشی می باشد. همچنین نتایج آزمون لون، نشان داد که خطای واریانس گروه های مورد مطالعه با هم برابر است؛ چرا که مقدار F محاسبه شده ($۳/۴۳۵$) در سطح $۰/۰۵$ معنی دار نبود. از این رو، فرضیه پژوهشی مورد تأیید قرار می گیرد.

فرضیه ۳: "آموزش ابراز وجود موجب کاهش رفتارهای تکانشی و پرخاشگری دانش آموزان می شود." چنانچه پیشتر عنوان شد برای تحلیل داده های مربوط به این فرضیه از روش تحلیل کوواریانس استفاده شد. داده های مربوط به این روش در جدول ۳، درج شده است.

جدول ۳: تحلیل کوواریانس تأثیر آموزش ابراز وجود بر پرخاشگری و رفتارهای تکانشی

منابع تغییر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی داری	مجذوراتا
پیش آزمون	۱۱۷۳/۸۸۶	۱	۱۱۷۳/۸۸۶	۱۰۵/۱۰۸	۰/۰۰۱	۰/۶۹۱
گروه	۴۸۳/۹۱۰	۱	۴۸۳/۹۱۰	۴۳/۳۲۸	۰/۰۰۱	۰/۴۸۰
خطا	۵۲۴/۹۱۴	۴۷	۱۱/۱۶۸			
کل	۳۲۰۱۱	۵۰				

مندرجات جدول ۳، نشان می دهد که اثر متغیر مستقل (آموزش ابراز وجود) بر متغیر وابسته (رفتارهای تکانشی و پرخاشگری) معنی دار است. ($F=0/480$ ، $P<0/001$ ، $P<0/001$ ، $P<0/001$) مجذور اتا، $F=43/328$) بنابراین می توان نتیجه گرفت که آموزش ابراز وجود تأثیر معنی دار بر رفتارهای تکانشی و پرخاشگری دانش آموزان دارد و این معنی داری با توجه به میانگین گروه های آزمایش و کنترل به نفع گروه آزمایشی می باشد. همچنین نتایج آزمون لون برای برابری واریانس خطای گروه های آزمایش و کنترل در متغیر وابسته پرخاشگری و رفتارهای تکانشی، نشان داد که خطای واریانس گروه های مورد مطالعه با هم برابر است؛ چرا که مقدار F محاسبه شده ($0/002$) در سطح $0/05$ معنی دار نیست. بنابراین این فرضیه پژوهشی مورد تأیید قرار می گیرد.

فرضیه ۴: "آموزش ابراز وجود موجب افزایش اطمینان زیاد به خود داشتن (برتری طلبی) دانش آموزان می شود." چنانچه بیشتر عنوان شد برای تحلیل داده های مربوط به این فرضیه از روش تحلیل کوواریانس استفاده شد. داده ها در جدول شماره ۴، درج شده است.

جدول ۴: تحلیل کوواریانس تأثیر آموزش ابراز وجود بر اطمینان زیاد به خود داشتن

منابع تغییر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی داری	مجذور اتا
پیش آزمون	۲۱۱/۵۱۵	۱	۲۱۱/۵۱۵	۱۲۴/۶۳۰	۰/۰۰۱	۰/۷۲۶
گروه	۳۵۰/۶۷۸	۱	۳۵۰/۶۷۸	۲۰۶/۶۲۹	۰/۰۰۱	۰/۸۱۵
خطا	۷۹/۷۶۵	۴۷	۱/۶۹۷			
کل	۱۶۹۵۵	۵۰				

مندرجات جدول ۴، نشان می دهد که اثر متغیر مستقل (آموزش ابراز وجود) بر متغیر وابسته (اطمینان زیاد به خود داشتن) معنی دار است. ($F=0/815$ ، $P<0/001$ ، $P<0/001$ ، $P<0/001$) مجذورات اتا، $F=206/629$) بنابراین می توان نتیجه گرفت که آموزش ابراز وجود تأثیر مثبت و معنی دار بر "اطمینان زیاد به خود داشتن" دانش آموزان دارد و این معنی داری با توجه به میانگین گروه های آزمایش

و کنترل به نفع گروه آزمایشی می باشد. نتایج آزمون لون، نشان داد که خطای واریانس گروه های مورد مطالعه با یکدیگر برابر است؛ چرا که مقدار F محاسبه شده ($1/116$) در سطح $0/05$ معنی دار نیست. از این رو، فرضیه پژوهشی مورد تأیید قرار می گیرد.

فرضیه ۵: "آموزش ابراز وجود موجب افزایش رابطه با همسالان دانش آموزان می شود." چنان که پیشتر عنوان شد برای تحلیل داده های مربوط به این فرضیه از روش تحلیل کوواریانس استفاده شد. (جدول ۵)

جدول ۵: تحلیل کوواریانس تأثیر آموزش ابراز وجود بر رابطه با همسالان

منابع تغییر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی داری	مجذور اتا
پیش آزمون	۴۴۲/۵۴۸	۱	۴۴۲/۵۴۸	۱/۶۹۷	۰/۰۰۱	۰/۸۱۹
گروه	۳۳۳/۶۷۶	۱	۳۳۳/۶۷۶	۱۸/۹۱۵	۰/۰۰۱	۰/۷۷۳
خطا	۹۷/۹۳۲	۴۷	۲/۰۸۴			
کل	۵۸۵۸۵	۵۰				

مندرجات جدول ۵، نشان می دهد که اثر متغیر مستقل (آموزش ابراز وجود) بر متغیر وابسته (رابطه با همسالان) معنی دار است ($F=18/915$, $P<0/001$, $\text{مجذوراتا}=0/773$). بنابراین می توان نتیجه گرفت که آموزش ابراز وجود تأثیر مثبت و معنی دار بر رابطه با همسالان دانش آموزان دارد و این معنی داری با توجه به میانگین گروه های آزمایش و کنترل به نفع گروه آزمایشی می باشد.

بحث و نتیجه گیری

در این پژوهش که تأثیر آموزش ابراز وجود بر مؤلفه های مهارت های اجتماعی دانش آموزان دختر مقطع پیش دانشگاهی را مورد بررسی قرار می داد، سعی شده است به این سوال پاسخ داده شود که آیا آموزش ابراز وجود منجر به افزایش مهارت های اجتماعی دانش آموزان

دخترگروه آزمایشی در مقایسه با گروه کنترل می شود؟ برای یافتن جواب به پرسش یاد شده ۵ فرضیه تدوین و مورد بررسی قرار گرفت. با توجه به نتایج به دست آمده بین گروه های آزمایشی و کنترل در پس آزمون از نظر میانگین به طور قابل ملاحظه ای تفاوت دیده شد. با توجه به این یافته ها و یافته های استنباطی که از طریق آزمون لون و تحلیل کوواریانس یک طرفه به دست آمد، می توان نتیجه گرفت که آموزش ابراز وجود تأثیر معنی داری در مؤلفه های مهارت های اجتماعی دانش آموزان گروه آزمایشی در مقایسه با گروه کنترل داشته است. در این پژوهش آموزش ابراز وجود، منجر به افزایش مهارت های اجتماعی مناسب، کاهش رفتارهای غیر اجتماعی، افزایش رابطه با همسالان، کاهش پرخاشگری و رفتارهای تکانشی و افزایش اطمینان به خود، در دانش آموزان گروه آزمایشی شد؛ در حالی که در عملکرد گروه کنترل تغییری معنادار دیده نشد. این یافته ها با نتایج پژوهش های لین و همکاران، (۲۰۰۴)؛ آچن، (۱۹۹۵)؛ پترسون و همکاران، (۲۰۰۲)؛ بارتون-آرود و همکاران، (۲۰۰۵)؛ آماندا و همکاران (۲۰۰۸)؛ آزایس، گرانگر، دبری و داکروکس (۱۹۹۹)؛ هارگی، ساندرز و دیکسون (۱۹۹۵)، به نقل از بشارت و همکاران (۱۳۸۶)؛ (وردین و همکارانش، ۱۹۹۰)؛ (راندی و میشل، ۲۰۰۸)؛ رحیمیان بوگر، شاره، حبیبی عسگرآباد و بشارت (۱۳۸۶)؛ رحیمی، حقیقی، مهرابی زاده هنرمند و بشلیده (۱۳۸۵) و سلیمانی، به پژوه، افروز، لواسانی (۱۳۸۸)، همسو است. در توجیه این یافته ها می توان گفت که آموزش ابراز وجود، کمبود مهارت های اجتماعی دانش آموزانی را که با مشکلات بیشمار در سازش با محیط کلاس درس همراهند، رفع می نماید و در نتیجه سازگاری اجتماعی را افزایش می دهد. افزون بر این، افزایش توانایی در تصمیم گیری، ارتقای توانایی در حل مسأله، افزایش توانایی تفکر خلاقانه و نقادانه و افزایش برقراری ارتباط موثر و سازنده در روابط میان فردی، از پیامدهای مطلوب آموزش ابراز وجود هستند که موجب بروز رفتارهای اجتماعی مناسب و سازگارانه می شوند. پیام روشن پژوهش حاضر این است که از طریق آموزش ابراز وجود می توان به پرورش و تقویت مهارت های اجتماعی دانش آموزان همت گذاشت. توفیق در عملکرد اجتماعی و تحصیلی مستلزم برخورداری از اعتماد به نفس،

ابراز وجود و مهارت های اجتماعی است. این ویژگی ها به کودکان و نوجوانان فرصت می دهد تا در عرصه های گوناگون آموزشگاهی، مانند فعالیت های گروهی، تعامل با دانش آموزان و انجام تکالیف، به طور فعال و سازنده عمل کنند و به طور کلی در حل مسائل کوشا باشند. هسته های مشاوره مدارس در بهبود عملکرد اجتماعی و تحصیلی دانش آموزان نقش مهمی بر عهده دارند. مشاوران می توانند مهارت های اجتماعی سالم را به دانش آموزان آموزش دهند و از این طریق از بروز برخی از اختلالات رفتاری و مشکلات تحصیلی پیشگیری کنند. بنابراین، آموزش مهارت ابراز وجود، شیوه های برقراری ارتباط، کمک به دانش آموزان در زمینه ی دوست یابی و آگاه سازی اولیاء مدرسه نسبت به مسائل دانش آموزان موجب می شود تا پذیرش توسط همسالان و رشد اجتماعی دانش آموزان هموارتر شود. و در این شرایط است که نشاط و طراوت و بهداشت روانی آنها تأمین می شود و می توانند از بودن در مدرسه لذت ببرند. نتایج نهایی حاکی از آن است که در مجموع، آموزش ابراز وجود بر بهبود و افزایش مهارت های اجتماعی دانش آموزان دختر مقطع پیش دانشگاهی شهرستان ورزقان موثر بوده و باعث افزایش مهارت های اجتماعی در آنان شده است. با توجه به نتایج این پژوهش و یافته های جانبی این تحقیق و پژوهش های پیشین، می توان نتیجه گرفت که ابراز وجود با مهارت های اجتماعی رابطه مثبتی دارد و آموزش ابراز وجود در افزایش مهارت های اجتماعی دانش آموزان مفید است. و در توجیه نتایج متناقض پژوهش ها در این زمینه باید تفاوت خرده فرهنگ ها، زمان آموزش، مهارت های متفاوت آموزش دهنده، تفاوت در شدت ابراز وجود، انتظارات متفاوت از دو جنس، اضطراب و دیگر حالات افراد مورد پژوهش و حذف افراد با اضطراب شدید را از بعضی پژوهش ها بیان کرد. با توجه به ضرورت برنامه های هداستارت (برنامه هایی که متمرکز بر پیشگیری اولیه هستند مثل برنامه های ابراز وجود) پیشنهاد می شود پژوهش هایی مشابه روی دانش آموزان سایر شهرها و روستاهای کشور صورت بگیرد تا نتایج پر بارتری به دست آید و بتوان برای ارتقای مهارت های اجتماعی دانش آموزان برنامه های اساسی را پی ریزی کرد. به همین دلیل پیشنهاد می شود حتی المقدور پژوهشی آزمایشی در این زمینه اجرا شود تا

اثر بخشی راهبردهای مداخله‌ای به موقع، در برطرف نمودن مشکلات تحصیلی و شخصی دانش‌آموزان مشخص شود. همچنین، قبل از آموزش ابراز وجود، نیاز سنجی در این زمینه صورت گیرد و چنین آموزش‌هایی با توجه به نیازمندیهای دانش‌آموزان طراحی شود تا بتوان نیازهای واقعی دانش‌آموزان را برطرف کرد و آموزش‌ها مثمر‌تر واقع شوند. در مجموع نتیجه پژوهش بر اصالت و اهمیت آموزش ابراز وجود در بهبود و افزایش مهارت‌های اجتماعی مقطع پیش‌دانشگاهی اشاره دارد و برای موقعیت‌های آموزشی، دارای مضامین کاربردی است.

منابع

- ۱- رحیمیان بوگر، اسحق؛ شماره، حسین؛ حبیبی عسگرآباد، مجتبی و بشارت، محمد علی. (۱۳۸۶). بررسی تاثیر شیوه‌های جرات‌ورزی بر سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان پسر و دختر دوره راهنمایی شهر رضا. فصلنامه نوآوری آموزشی، شماره ۲۳.
- ۲- رحیمی، جعفر؛ حقیقی، جمال؛ مهربانی زاده هنرمند، مهناز و بشلیده، کیومرث. (۱۳۸۵). بررسی تاثیر آموزش ابراز وجود بر مهارت‌های اجتماعی، اضطراب اجتماعی و ابراز وجود در دانش‌آموزان پسر سال اول متوسطه شهر شیراز. مجله علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز، دوره سوم، شماره ۱، ۱۲.
- ۳- سرمد، زهره. (۱۳۸۴). آمار استنباطی. گزیده‌ای از تحلیل‌های آماری یک متغیره. تهران: انتشارات سمت.
- ۴- سلیمانی، منصور. (۱۳۸۸). تاثیر آموزش مهارت‌های اجتماعی بر سازگاری اجتماعی و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دیرآموز. مجله تعلیم و تربیت استثنایی، شماره ۹۵ و ۹۶-آبان و آذر، ۳۰-۹.
- ۵- غفاریان زاده، سادات. (۱۳۷۹). تاثیر مشاوره گروهی جرات‌ورزی بر پیشرفت تحصیلی و مهارت‌های اجتماعی دانش‌آموزان دختر مقاطع راهنمایی و دبیرستان. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تهران.

- ۶- مهرابی زاده هنرمند، مهناز؛ تقوی، سیده فرخنده و عطاری، یوسف علی. (۱۳۸۸). تأثیر آموزش جرأت ورزی بر مهارت های اجتماعی، اضطراب اجتماعی و عملکرد تحصیلی دانش آموزان دختر. *مجله علوم رفتاری، تربیتی و روان شناسی*، دانشگاه شهید چمران اهواز. دوره ۳- شماره ۱، ۶۴.
- ۷- یوسفی، فریده. (۱۳۸۱). بررسی پایایی و روایی مقیاس سنجش مهارت های اجتماعی ماتسون و مقایسه عملکرد دختران و پسران دبیرستان در این مقیاس. *مجله علوم اجتماعی و انسانی دانشگاه شیراز*، شماره دوم، ۱۴۷-۱۵۸.
- ۸- یعقوبی، حمید. (۱۳۸۰). تأثیر جرات ورزی به روش گروهی در ایفای نقش بر مهارت های اجتماعی دانش آموزان مقطع متوسطه شهرستان تفرش. پایان نامه کارشناسی ارشد روان شناسی بالینی دانشگاه علامه طباطبایی.
- ۹- Alberti, R.E., Emmons, M. L. (۲۰۰۱). *Your Perfect Right: Assertiveness and Equality in Your Life and Relationships*. ۸th ed. Impact Publishers,
- ۱۰- Atascadero, CA, US Amanda, W. Harrell., Sterett, H. Mercer., & Melissa, E. Derosier. (۲۰۰۸). Improving the social behavioral Adjustment of Adolescents: The Effectiveness of a Social Skills Group Intervention., *Journal of child and Family Studies*.
- ۱۱- Arrindell, W. A., Sanderman, R., Hageman, W. J., & Pickersgill, M. J. (۱۹۹۱). Correlates of assertiveness in normal and clinical samples: A multidimensional approach. *Behaviour Research and Therapy*, Vol. ۱۲(۴), ۱۵۳-
- ۱۲- Aschen SR. (۱۹۹۷). Assertive training therapy in psychiatric milieu. *Archive of psychiatric nursing*. ۱۱ (۱): ۴۶- ۵۱
- ۱۳- Azais, f., Granger, B., Debray, Q., & Ducroix, C. (۱۹۹۹). *Cognitive and emotional approach to assertiveness*. *Encephale*, ۲۵(۴), ۳۵۳-۳۵۷.
- ۱۴- Barton Arwood, S., Morrow, L., Lane, K., Jolivette, K. (۲۰۰۵). Project Improving Teachers Ability to Address Students Social Needs. *Educational and treatment of Children*

- ۱۵- Elliot, S. N., & Gresham, F. M. (۱۹۹۹). Social skills interventions for children. *Behavior Modification*, ۱۷, ۲۸۷-۳۱۳.
- ۱۶- Hargie, o., Saunders, C., Dickson, D. (۲۰۰۴). *Social Skills In interpersonal Communication* Third edition. London: Rutledge.
- ۱۷- Ilknur, c. Tekinarsla., Bulbin, Sucuoglu. (۲۰۰۷). Effectiveness of Cognitive Process Approached Social Skills Training Program for people With Mantal Retardation. *International Journal of Special Education*, ۲۲, ۲, ۱۰۱-۱۰۸
- ۱۸- Lin, Y. R., Shiah, I.S., Chang, Y. C., Lai, T. J., Wang, K. Y., & Chou, K. R. (۲۰۰۴). E-valuation of an assertiveness training program on nursing Instruction, ۱۳, ۴۲۳-۴۳۹
- ۱۹- Matson, J. L., Boisjoli, J. A. (۲۰۰۸). Cutoff Scores for the Matson Evaluation of Social Skills for Individuals With Severe Retardation for Adults With Int-ellecual Disability. *Behavior Modification*, ۳۲, ۱, ۱۰۹-۱۲۰
- ۲۰- McCabe, C., & Timmins, F. (۲۰۰۳). *Teaching assertiveness to undergraduate nursing students*, *Nurse Education in practice*, ۳, ۳۰-۴۳.
- ۲۱- Paterson M, Green YM, Basson CY, Ross F. (۲۰۰۲). Probability of assertive behavior interpersonal anxiety and self-efficacy of South African register dietitians. *Journal of Hom Nutr. Diet.* ۱۵ (۱): ۹.
- ۲۲- Randy, L.S., Michelle, J. (۲۰۰۸). Exploring the Effects of Social Skills Training on Social Skill- Development on Student Behavior. *National Forum of Special Education Journal*.
- ۲۳- Scott, H. Shannon, L. & Curoline, L. (۲۰۰۴). "Life satisfaction in Children and youthemperical foundtion and implications for school Psychologist". *Psychology inthe schools*. Volume ۴۱, Issue ۱, Pages ۱۸۰-۳۳۰
- ۲۴- Stuart, G. W., & Sundeen, S. J. (۱۹۹۵). *Principles and Practice of Psychiatric Nursing*. Fifth Edition, St. Louis: Mosby.
- ۲۵- Verduyn, C. M., Lord, W., & Forrest, G. C. (۱۹۹۰). Social Skillstraining in school: an evaluation study. *Journal of Adolescence*, ۱۳.