

## تأثیر آموزش مهارت‌های اجتماعی - ارتباطی بر مسئولیت‌پذیری و سازگاری دانش‌آموزان

محمد مهدی شریعت باقری<sup>۱\*</sup>، فاطمه نیک پور<sup>۲</sup>

تاریخ پذیرش: ۹۷/۶/۲۱

تاریخ دریافت: ۹۷/۱/۱۸

### چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های اجتماعی-ارتباطی بر مسئولیت‌پذیری و سازگاری با مدرسه در دانش‌آموزان دوره اول متوسطه بود. جامعه آماری این پژوهش شامل ۱۰۰ نفر از دانش‌آموزان پسر دوره اول متوسطه دبیرستان مهرهشتم شهر تهران در سال ۱۳۹۶ بود. داده‌های این پژوهش از استخراج پرسشنامه مسئولیت‌پذیری روان‌شناختی کالیفرنیا (مگارگی، ۱۹۷۲) و پرسشنامه سازگاری دانش‌آموزان (سینها و سینگ، ۱۹۹۳) به دست آمد که با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی از میان دانش‌آموزان مذکور تعداد ۶۰ نفر به طور کاملاً تصادفی انتخاب و در دو گروه ۳۰ نفره آزمایش و کنترل قرار داده شدند. گروه آزمایش ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای آموزش مهارت‌های اجتماعی-ارتباطی را دریافت کرد و به گروه کنترل هیچ آموزشی در این خصوص ارائه نشد. داده‌های این پژوهش در دو بخش توصیفی و استنباطی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. در بررسی توصیفی، شاخص‌های آماری توصیفی یعنی محاسبه فراوانی، میانگین و انحراف استاندارد برای هر دو گروه (گروه آزمایش و کنترل) انجام گرفت و برای بررسی آمار استنباطی نیز از تحلیل کوواریانس (ANCOVA) استفاده شد. نتایج کلی پژوهش نشان داد که آموزش مهارت‌های اجتماعی-ارتباطی به طور معناداری، باعث افزایش مسئولیت‌پذیری و سازگاری با مدرسه در دانش‌آموزان می‌شود. به عبارت بهتر با شرکت در جلسات آموزش مهارت‌های اجتماعی-ارتباطی، سطوح مسئولیت‌پذیری و سازگاری با مدرسه در دانش‌آموزان افزایش می‌یابد.

**واژه‌های کلیدی:** آموزش مهارت‌های اجتماعی-ارتباطی، مسئولیت‌پذیری، سازگاری با

مدرسه.

<sup>۱</sup> - استادیار گروه روان‌شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکز. تهران، ایران. drshariat1349@miau.ac.ir.

<sup>۲</sup> - کارشناس ارشد روان‌شناسی تربیتی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی.

## پیشگفتار

مسأله موفقیت یا فقدان موفقیت در امر تحصیل از مهمترین دغدغه های هر نظام آموزشی در تمامی جوامع است. موفقیت و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان هر جامعه نشان دهنده موفقیت نظام آموزشی در زمینه هدف یابی و توجه به رفع نیازهای فردی و روان شناختی دانش آموزان است (Sife, 2010). از جمله نیازهای روان شناختی دانش آموزان که بر عملکرد فردی و تحصیلی آنان مؤثر است، سازگاری و مسئولیت پذیری می باشد. سازگاری توانایی آمیزش، انطباق، مصالحه، همکاری و کنار آمدن با خود، محیط و دیگران تعریف شده است. (Saghi & Laursen, 2008). Rajaie 2008. سازگاری را می توان به عنوان یک ویژگی شخصیتی و یا معادل و محصول ترکیبی از چند ویژگی شخصیتی و عوامل اجتماعی، خانوادگی و نظایر آن در نظر گرفت. از طرفی ناسازگاری نیز ممکن است در بافتها و موقعیت های مختلف بروز کند و متوجه درون یا بیرون فرد باشد. (Rotenberg, K. J., Michalik, N., Eisenberg, N., & Betts, L. R., 2009) از سوی دیگر یادگیری مبتنی بر خود، به عنوان یکی از روش های افزایش مسئولیت پذیری موجب می شود که یادگیرنده خود را مسئول یادگیری خود بداند و بر خلاف مدارس سنتی، دانش آموزان احساس نمی کنند که تحت کنترل دیگران هستند و احساس فردی آن ها را نیروها و تجارب بیرون شکل نمی دهند، بلکه تشخیص می دهند که خود حق انتخاب دارند و مسئول ساختن زندگی خود هستند. وی همچنین بیان کرده است که این نوع آموزش، مهارت های درون فردی را افزایش می دهد و افراد، خود رفتارشان را ارزیابی و به طور خلاق آن را بازسازی می کنند. (Regleid, 1996) (karami, 2004)

دوران نوجوانی را می توان دوران تضادها، توصیف کرد. زیرا نوجوانان برای صمیمیت تلاش می کنند، اما خود از صمیمیت می ترسند و اغلب از آن اجتناب می کنند، علیه کنترل، شورش می کنند، در حالی که نیازمند راهنمایی و سازمان دادن هستند، آن ها معمولاً بسیار خودمدار و کمرو هستند و با دنیای خود، اشتغال ذهنی دارند. در چنین شرایطی نوجوانان به شدت احساس بی ثباتی و گم گشتگی می کنند که این دوره برای آن ها بسیار تنش زا و اضطراب آور است. با توجه به این طیف وسیع از تغییرات و دگرگونی ها، کمبود در این زمینه می تواند پیامدهایی از جمله ناهنجاری ها، احساس ناامنی، مشکلات شخصیتی، عاطفی، اختلالات رفتاری و بزهکاری را به دنبال داشته باشد و کسب راه های مناسب سازگاری برای نوجوانان بسیار مهم و ضروری است. (Nina, R., Sylvie M., & Kimberly, G, 2012).

هدف از انجام این پژوهش به دنبال بررسی تاثیر آموزش مهارت‌های اجتماعی-ارتباطی بر مسئولیت‌پذیری و سازگاری با مدرسه در دانش‌آموزان دوره اول متوسطه مؤثر است. تعریف مفهومی سازگاری با مدرسه عبارت است از سازگاری به پذیرش و انجام رفتار و کردار مناسب و موافق با محیط مدرسه و تغییرات محیطی اشاره دارد (Rottenberg, 2009) و تعریف مفهومی مسئولیت‌پذیری یعنی قابلیت پذیرش، پاسخگویی و به عهده گرفتن کاری که از کسی درخواست می‌شود و شخص حق دارد که آن را بپذیرد و یا رد کند (Glasser, 2009) که این موارد با مهارت‌های اجتماعی و ارتباطی همراه هستند.

به باور (Bahamin & Kouroshnia, 2017) افراد دارای مهارت‌های اجتماعی رفتارهایی از خود نشان می‌دهند که به پیامدهای مثبت روانی و اجتماعی مانند رابطه موثر با دیگران و پذیرش از سوی همسالان می‌انجامد. آن‌ها می‌توانند حالات و هیجان‌های دیگران را درک کنند و در تنظیم عواطف خود مهارتی بیش‌تر به خرج دهند. در مقابل، نداشتن مهارت‌های اجتماعی لازم می‌تواند به مشکلات روان‌شناختی مانند برقراری ارتباط ناموفق با دیگران، شرکت نکردن در فعالیت‌های اجتماعی، انزوا، طرد، اضطراب و افسردگی بینجامد. کسی که دارای مهارت‌های اجتماعی است، خود را به خوبی با محیط تطبیق می‌دهد، اما کسی که فاقد مهارت اجتماعی است، معمولاً دچار مشکل رفتاری است. کودکان فاقد این مهارت، با دیگر کودکان درگیر می‌شوند، نزد دیگر همسالانشان محبوب نیستند و با معلم خود کنار نمی‌آیند. این کودکان معمولاً به حقوق دیگران کم توجه بوده و در رفتارشان رویکرد خود مدار دارند و از رفتار پذیرفته شده اجتماعی پیروی نمی‌کنند و به ناسزایی گویی و بدگویی دست می‌زنند. (Bahmani & Barzegar, 2017) به عبارت دیگر، فرد زمانی از سازگاری بهره‌مند است که بتواند میان خود و محیط اجتماعی‌اش، رابطه‌ای سالم برقرار کند. محیط اجتماعی در برگیرنده خانواده، محل تحصیل، محیط کسب و کار و نظایر آن‌ها می‌باشد و اگر فردی نتواند با محیط خود به شیوه‌ای مطلوب رابطه برقرار کند، ناسازگار قلمداد می‌شود. (Samani, Fatemeh. Hossein Chari, Massoud, 2013)

در تعریف دیگری، سازگاری عبارت است از رفتار مفید و مؤثر در تطبیق با محیط فیزیکی و روانی به گونه‌ای که تنها با تغییرات محیطی هم‌رنگی نکرده و به پیروی ناهشیار از آن تبعیت نمی‌کند، بلکه خود نیز می‌تواند در محیط تأثیر گذاشته و آن را به گونه‌ای مناسب تغییر دهد (Masaebi, 2008). در این رابطه (Paul, 2006) نیز معتقد است سازگاری که مستلزم تغییر دادن و تغییر یافتن و تلاشی است برای مهار تنش‌ها به شیوه‌های مؤثر در رابطه با نوجوانانی که با استرس‌های دوران بلوغ رو به رو هستند، از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. از سویی می‌دانیم که رویارویی

با مشکلات ناسازگاری دانش آموزان در مدرسه، همیشه یکی از دغدغه های نظام آموزشی و تربیتی به شمار می آید. (Extremera, N., Duran, A, & Rey, L.2009)

در این زمینه پژوهش (Pirayesh, 2016) نشان داد که یکی از مهمترین موضوعات برای سازگاری با مدرسه، مسئولیت پذیری دانش آموزان می باشد. دانش آموزان مسئولیت پذیر، سازگاری بیشتری با محیط و به ویژه مدرسه دارند. آینده، نیازمند انسان هایی مسئول با توانایی انتخاب بهتر و از روی شناخت است، کسی که بتواند براساس احتیاج خود نه براساس طرح ریزی دیگران برای خود، برنامه ریزی کند (Brewer, 2010).

تعامل موثر با دیگران، نیازمند مجموعه ای از مهارت هاست که در صورت تسلط بر آن ها می تواند منجر به شکل گیری مسئولیت پذیری شود. مسئولیت پذیری یکی از مفاهیم مهم در حوزه روان شناسی تربیتی است که در سال های اخیر توجه زیادی را به خود جلب کرده است. (Ahmadi akhormeh, et al. 2013 - Shikholeslami . Berzu 2015).

در روان شناسی و مشاوره، یکی از مفاهیم مهم و اصلی، مسئولیت پذیری می باشد. به طوری که نظریه ای مانند واقعیت درمانی<sup>۱</sup> بیماری های روانی را ناشی از عدم مسئولیت پذیری می داند و هدف اصلی بسیاری از سیستم های درمانی، قادر ساختن افراد به پذیرفتن آزادی و مسئولیت پذیر کردن است. واژه مسئولیت پذیری در نظریه های مختلف روان شناسی، معنای خاصی دارد و هر روان شناس بر اساس دیدگاهی که از ماهیت انسان دارد، به آن پرداخته است. (Ahmadi akhormeh . et al.2013).

(Glasser, 2009) بیان می دارد افراد برای برخورداری از احساسات بهتر نسبت به زندگی باید مسئولیت پذیر باشند. وجود انسان های سرد و بی تفاوتی که در تمدنی بی بند و بار و بی هدف غوطه می خورند، ناشی از تربیتی است که در آن احساس مسئولیت مطرح نبوده است. با اندکی تعمق می توان دریافت، علت اصلی بی توجهی به وظایف تحصیلی، شغلی و اجتماعی، وجود تکیه گاه های فکری خطرناک نیست، بلکه ناشی از بی مسئولیتی یا فرار از مسئولیت و شانه خالی کردن از زیر بار آن است. بنابراین امروزه چه بسا افرادی را شاهدیم که از خود سلب مسئولیت می کنند،

<sup>1</sup>. reality therapy

تا از کشمکش‌های ذهنی، خود را رهایی بخشند و از قید تلاش‌ها و فعالیت‌های خسته‌کننده، نجات دهند (Sartipi, 2011/ Ginat, 2007).

شاید بتوان چنین گفت که پیش‌زمینه‌سازی، دارا بودن احساس استقلال فردی است. اگر فرد بتواند بر مشکلات هیجانی خود فائق آید و والدین نیز بتوانند با شیوه تربیت صحیح به گونه‌ای عمل کنند که در زمان به وجود آمدن هر گونه هیجان، به درستی هیجان خود و دیگر اعضای خانواده را مدیریت کنند، گام مهمی در این ارتباط برداشته‌اند. در همین زمینه مطالعه (Samani, 2002) نشان داد که احساس استقلال فردی به عنوان یک متغیر واسطه، عاملی برای تعدیل و یا تشدید اثر کنش‌های خانوادگی برای مشکلات هیجانی در فرزندان به شمار می‌رود. (Samani et al, 2011).

از سوی دیگر پژوهش (Rabietabar & Babazadeh, 2016) نشان داد که یکی از دلایل سازگاری پایین دانش‌آموزان با محیط، مدرسه و اجتماع، پایین بودن ضعف در مهارت‌های اجتماعی-ارتباطی می‌باشد. مهارت‌های اجتماعی-ارتباطی در بسیاری از زمینه‌های عملکردی در زندگی یک فرد نقش دارد مانند عملکرد تحصیلی و شغلی مناسب، عزت نفس بالا و میزان و کیفیت شاد بودن، سازگاری با محیط و رضایت از زندگی (Bolton, 2008). از سویی می‌دانیم چون عزت نفس با تخمین فرد از توانایی‌ها، اتکاء به نفس، احساس ارزشمندی و تصور از خود ارتباط دارد، لذا فرد می‌تواند توانایی خود در برخورد با مشکلات را مورد ارزیابی قرار دهد (Refahi, Samani, 2013). به عبارت دیگر فردی که مهارت‌های اجتماعی-ارتباطی خود را تقویت می‌کند، این مسئله در عزت نفس او تاثیر مثبت می‌گذارد و بالعکس. نتیجه این که فردی که مهارت‌های اجتماعی-ارتباطی اش تقویت می‌شود، در عمل عزت نفس او هم افزایش می‌یابد و کاربردش در زندگی عملی نمودار می‌شود.

در جایی که افراد از فقدان مهارت‌هایی همچون برقراری ارتباط مؤثر، ابراز وجود و حل تعارض رنج می‌برند، پذیرش مسئولیت در افراد پایین است و صمیمیت و مشارکت میان افراد کاهش می‌یابد. در بیشتر موقعیت‌ها، مجاورت بدون صمیمیت، مخرب است و پیامدهای نامطلوب آن در همه بخش‌های جامعه تجربه می‌شود. پس مراد ما از مهارت‌های اجتماعی، توانایی برقراری روابط بین فردی با دیگران است به نحوی که از نظر جامعه قابل قبول، ارزشمند، منطبق بر عرف و درعین حال برای شخص، خانواده و جامعه سودمند بوده و بهره‌های دوجانبه داشته باشند (Elksnin & Elksnin, 2009). اگر دانش‌آموزان با این مهارت‌های اجتماعی آشنا شوند می‌توانند با دوستان، اعضای خانواده و همسایگان ارتباط بگیرند و نسبت به آنان همدلی و

همفکری نشان دهند. در صورت عدم برخورداری از این مهارت ها وقتی وارد جمعی شوند نمی دانند چه بگویند و چگونه رفتار نمایند و قادر به برقراری رابطه متقابل اجتماعی و تعامل با دیگران نیستند (Herbert, 2012).

همچنین پژوهش Behamin & Korosh Nia (2017) در خصوص رابطه بین مهارت های اجتماعی و سازگاری اجتماعی نشان داد مهارت های اجتماعی ابراز وجود و همدلی، به طور معنا دار و مثبت، پیش بینی کننده سازگاری اجتماعی هستند بدین معنی که افرادی که از مهارت های بالای ابراز وجود و همدلی برخوردارند، سازگاری اجتماعی بالایی دارند.

این پژوهش به دنبال بررسی این فرضیه هاست که آموزش مهارت های اجتماعی - ارتباطی بر مسئولیت پذیری و سازگاری با مدرسه در دانش آموزان دوره اول متوسطه مؤثر است.

### روش، جامعه و نمونه آماری پژوهش

روش پژوهش از نوع نیمه آزمایشی و با استفاده از طرح پیش آزمون - پس آزمون با گروه کنترل انجام گرفته است. طرح های نیمه آزمایشی دارای یک یا چند گروه کنترل می باشد. در این نوع روش تحقیقی هدف نزدیک شدن به تحقیق تجربی حقیقی است اما چون شرایط تجربه و تحقیق به نحوی است که کنترل یا دستکاری همه متغیرهای مورد مطالعه در حوزه تحقیق مقدور نیست، آن را نیمه آزمایشی می نامند. بیشتر تحقیقاتی که هدف آن ها یافتن عوامل علی در زندگی واقعی و شرایط حقیقی است و در حین اجرای آن ها تنها کنترل تعدادی از متغیرها مقدور می باشد، در تحقیقات نیمه آزمایشی قرار می گیرند. بیشتر مطالعات و بررسی هایی که در زمینه مشکلات و مسائل اجتماعی (بررسی و مطالعه جرم و جنایت، آشوب ها، اعتیادها و مطالعات و تحقیقات انسانی) صورت می گیرد و اغلب کنترل یا دستکاری متغیرها در آن ها مقدور نیست، جزء این دسته مطالعات می باشند (Delawar, 2005). جامعه آماری این پژوهش شامل ۱۰۰ نفر از دانش آموزان پسر دوره اول متوسطه دبیرستان مهرهشتم بود. از میان جامعه آماری، با استفاده از روش نمونه گیری تصادفی و براساس نمره پرسشنامه های مسئولیت پذیری و سازگاری با مدرسه در پیش تست، ۶۰ نفر که دارای ملاک های ورود بودند نمونه آماری را تشکیل دادند. این ۶۰ نفر به طور کاملاً تصادفی در ۲ گروه ۳۰ نفره آزمایش و کنترل قرار داده شدند که گروه آزمایش ۸ جلسه ۹۰ دقیقه ای آموزش مهارت های اجتماعی - ارتباطی را دریافت کرد و گروه کنترل آموزشی در این خصوص دریافت نکرد.

معیارهای ورود به مطالعه عبارت بودند از: دانش آموزان پسر دوره اول متوسطه، نمره پایین در پرسشنامه های مسئولیت پذیری و سازگاری با مدرسه، عدم شرکت همزمان در سایر برنامه های

مورد نظر و عدم دریافت مشاوره فردی یا دارو درمانی، تمایل و رضایت آگاهانه برای مشارکت در پژوهش.

**ابزار این پژوهش عبارت بودند از :** الف) پرسشنامه مسئولیت پذیری روان شناختی کالیفرنیا (CPI)RE:

این مقیاس ۴۲ سؤال دارد که با هدف سنجش میزان مسئولیت پذیری افراد بهنجار ۱۲ سال به بالا تهیه شده است. آزمودنی‌ها در قالب موافقم و مخالفم به سؤال‌ها پاسخ می‌دهند. Magaregi (1972) گزارش داد که ضرایب پایایی پرسشنامه روان شناختی کالیفرنیا با روش بازآزمایی و همسانی درونی در مقایسه با سایر پرسشنامه‌های شخصیت کاملاً رضایت بخش است. (Gof,1987) پس از بررسی پژوهش‌های متعدد در مورد پرسشنامه روان شناختی کالیفرنیا نتیجه گرفت که دامنه ضرایب پایایی بازآزمایی و همسانی درونی هر یک عبارت است از ۰/۵۲ تا ۰/۸۱ و میانه ضرایب اعتبار کلی آن نیز ۰/۷۰ است (Pasha, Godarziyan, 2009). (Sohaeli,2008) نیز در پژوهش خود پایایی پرسشنامه را با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۷۷ محاسبه کرد که مورد تایید قرار گرفته است. ب) پرسشنامه سازگاری با مدرسه (سینها و سینگ، ۱۹۹۳):

پرسشنامه سازگاری دانش‌آموزان (اجتماعی، عاطفی، آموزشی)، پرسشنامه‌ای با ۶۰ آیتم است که توسط (Sinha & Sing, 1993) تهیه شده است. پرسشنامه مورد نظر دارای ۶۰ سوال دو گزینه-ای (بلی و خیر) است که سه حوزه سازگاری اجتماعی، سازگاری عاطفی و سازگاری آموزشی را بررسی می‌کند. در نمره‌گذاری برای پاسخ‌های نشانگر سازگاری، نمره صفر و در غیر این صورت نمره ۱ منظور می‌گردد در نتیجه نمرات بالا به منزله سازگاری پایین و کسب نمره پایین، سازگاری مطلوب را منعکس می‌کند. اعتبار این آزمون توسط گروهی از روان‌شناسان مورد تأیید قرار گرفته است. این پرسشنامه را در ایران (Karami, ۲۰۰۳) ترجمه و روایی و پایایی آن را به دست آورد. ضریب پایایی این آزمون با روش دو نیمه کردن برای کل پرسشنامه ۰/۹۵ و برای خرده مقیاس‌های آن یعنی عاطفی، اجتماعی و آموزشی به ترتیب ۰/۹۴، ۰/۹۳ و ۰/۹۶ است.

## یافته‌ها

نتایج به دست آمده از مقایسه پس‌آزمون مسئولیت‌پذیری در دو گروه با کنترل اثر پیش‌آزمون در فرضیه اول حاکی از این بود که مسئولیت‌پذیری دانش‌آموزان گروه آزمایش، پس از شرکت در

1. California Psychological Inventory (CPI) / Responsibility

2. Sinha & Sing

جلسات آموزش گروهی مهارت های اجتماعی - ارتباطی، نسبت به افرادی که در گروه گواه جایگزین شده بودند، افزایش معناداری داشت ( $F= ۲۶/۰۸$ ،  $P= ۰/۰۰۰۱$ ) بنابراین آموزش گروهی مهارت های اجتماعی - ارتباطی با اندازه اثر  $۰/۷۷$  و توان آماری  $۰/۷۹$  به طور معناداری باعث افزایش مسئولیت - پذیری در دانش آموزان مقطع متوسطه شد.

جدول ۱: شاخص های توصیفی مربوط به داده های حاصل از اجرای پیش آزمون و پس آزمون مسئولیت پذیری

گروه	متغیر	تعداد	پس آزمون		پس آزمون	
			انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین
آزمایش	مسئولیت پذیری	۳۰	۲۶/۱۷	۳/۰۴	۳۲/۱۰	۲/۹۴
گواه	مسئولیت پذیری	۳۰	۲۹/۳۸	۳/۶۴	۲۸/۷۷	۲/۳۴

همان طور که در جدول شماره ۱ مشاهده می شود میانگین نمره مسئولیت پذیری اعضای گروه آزمایش، در مرحله پس آزمون نسبت به پیش آزمون، افزایش چشم گیری داشته است. این تغییر در گروه گواه مشاهده نمی شود.

جدول ۲: شاخص های توصیفی مربوط به داده های حاصل از اجرای پیش آزمون و پس آزمون سازگاری با مدرسه

گروه	متغیر	تعداد	پس آزمون		پس آزمون	
			انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین
آزمایش	سازگاری	۳۰	۵۱/۷۵	۱۰/۴۸	۲۳/۱۵	۴/۸۶
گواه	سازگاری	۳۰	۴۹/۹۲	۹/۷۱	۴۵/۸۳	۸/۷۴

همان طور که مشاهده می شود میانگین نمره سازگاری اعضای گروه آزمایش، در مرحله پس آزمون نسبت به پیش آزمون، کاهش چشم گیری داشته است. این تغییر در گروه گواه مشاهده



نمی‌شود. قابل ذکر است که نمره بالا در این پرسشنامه نشانه سازگاری کمتر و نمره پایین نشانه سازگاری بیشتر است.

جدول ۳: شاخص‌های توصیفی مربوط به داده‌های حاصل از اجرای پیش‌آزمون و پس‌آزمون مسئولیت‌پذیری

گروه	متغیر	تعداد	پیش‌آزمون		پس‌آزمون	
			میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
آزمایش	مسئولیت‌پذیری	۳۰	۲۶/۱۷	۳/۰۴	۳۲/۱۰	۲/۹۴
گواه	مسئولیت‌پذیری	۳۰	۲۹/۳۸	۳/۶۴	۲۸/۷۷	۲/۳۴

همان‌طور که مشاهده می‌شود میانگین نمره مسئولیت‌پذیری اعضای گروه آزمایش، در مرحله پس‌آزمون نسبت به پیش‌آزمون، افزایش چشم‌گیری داشته است. این تغییر در گروه گواه مشاهده نمی‌شود.

جدول ۴: شاخص‌های توصیفی مربوط به داده‌های حاصل از اجرای پیش‌آزمون و پس‌آزمون سازگاری با مدرسه

گروه	متغیر	تعداد	پیش‌آزمون		پس‌آزمون	
			میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
آزمایش	سازگاری	۳۰	۵۱/۷۵	۱۰/۴۸	۲۳/۱۵	۴/۸۶
گواه	سازگاری	۳۰	۴۹/۹۲	۹/۷۱	۴۵/۸۳	۸/۷۴

همان‌طور که مشاهده می‌شود میانگین نمره سازگاری اعضای گروه آزمایش، در مرحله پس‌آزمون نسبت به پیش‌آزمون، کاهش چشم‌گیری داشته است. این تغییر در گروه گواه مشاهده نمی‌شود. قابل ذکر است که نمره بالا در این پرسشنامه نشانه سازگاری کمتر و نمره پایین نشانه سازگاری بیشتر است.

جدول ۵: نتایج تحلیل کوواریانس برای اثربخشی آموزش مهارت‌های اجتماعی-ارتباطی بر مسئولیت‌پذیری

منبع اثر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	توان آماری	اندازه اثر
پیش آزمون	۳۲۶/۳۵	۱	۳۲۶/۳۵	۰/۷۲۴	۰/۶۱۵	۰/۰۲۱	۰/۰۱۳
گروه	۱۳۸۷/۲۵	۱	۱۳۸۷/۲۵	۲۶/۰۸	۰/۰۰۰۱	۰/۷۹۸	۰/۷۷۵
خطا	۱۰۳۳/۷۶	۲۸	۱۰۳۳/۷۶				
کل	۱۲۶۴/۸۹	۳۰	۱۲۶۴/۸۹				

همان‌طور که در جدول فوق مشاهده می‌شود، نتایج به دست آمده از مقایسه پس‌آزمون مسئولیت‌پذیری در دو گروه با کنترل کردن اثر پیش‌آزمون حاکی از این است که دانش‌آموزان پس از شرکت در جلسات آموزش گروهی مهارت‌های اجتماعی-ارتباطی که در گروه آزمایش شرکت داشتند، نسبت به افرادی که در گروه گواه جایگزین شده بودند، افزایش معناداری داشته است ( $F= ۲۶/۰۸, P= ۰/۰۰۰۱$ ). بنابراین آموزش گروهی مهارت‌های اجتماعی-ارتباطی با اندازه اثر  $۰/۷۷$  و توان آماری  $۰/۷۹$  به طور معناداری باعث افزایش مسئولیت‌پذیری در دانش‌آموزان مقطع متوسطه شد.

همچنین نتایج به دست آمده از فرضیه دوم با مقایسه پس‌آزمون سازگاری با مدرسه در دو گروه با کنترل کردن اثر پیش‌آزمون ابتدا در جدول زیر ارائه می‌شود.  
جدول ۶: نتایج تحلیل کوواریانس برای اثربخشی آموزش مهارت‌های اجتماعی-ارتباطی بر سازگاری با مدرسه

منبع اثر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	توان آماری	اندازه اثر
پیش‌آزمون	۱۲۶۷/۴۴	۱	۱۲۶۷/۴۴	۰/۶۸۱	۰/۶۱۵	۰/۰۲۳	۰/۰۳۱
گروه	۱۳۹۸/۵۲	۱	۱۳۹۸/۵۲	۳۲/۲۹	۰/۰۰۰۱	۰/۷۶۳	۰/۷۲۶
خطا	۹۲۵/۴۱	۲۸	۹۲۵/۴۱				
کل	۱۳۳۶/۱۳	۳۰	۱۳۳۶/۱۳				

همان‌طور که در جدول فوق مشاهده می‌شود، نتایج به دست آمده از مقایسه پس‌آزمون سازگاری با مدرسه در دو گروه با کنترل کردن اثر پیش‌آزمون، حاکی از آن است که دانش‌آموزان پس از شرکت گروه آزمایش در جلسات آموزش مهارت‌های اجتماعی-ارتباطی، نسبت به افرادی که در گروه گواه جایگزین شده بودند، افزایش معناداری داشته است ( $F= ۳۲/۲۹, P= ۰/۰۰۰۱$ ). بنابراین مهارت‌های اجتماعی-ارتباطی با اندازه اثر  $۰/۷۲$  و توان آماری  $۰/۷۶$  به طور معناداری در سازگاری دانش‌آموزان با مدرسه موثر است. بنابراین می‌توان چنین استنباط کرد که به کمک آموزش مهارت‌های اجتماعی و ارتباطی به دانش‌آموزان می‌توان تا حد زیادی سازگاری بیشتری را

در بین آنها مشاهده نمود. هدف اصلی آموزش مهارت‌های اجتماعی، اساساً متوجه شکوفائی ظرفیت‌ها، افزایش سازگاری و حسن تفاهم اجتماعی است.

### بحث و نتیجه گیری

هدف پژوهش حاضر تعیین تاثیر آموزش مهارت‌های اجتماعی-ارتباطی را بر مسئولیت پذیری و سازگاری با مدرسه در دانش‌آموزان دوره ی اول متوسطه(که در دوره سنی نوجوانی قرار دارند) بود. در واقع نظر به اینکه از لحاظ کثرت و اهمیت قشر نوجوان (به عنوان آینده سازان مملکت) از بیش ترین و مهم‌ترین گروه های جامعه ما محسوب می‌شوند لازم است سعی در شناخت مشکلات ، گرفتاری‌ها و نیازهای آنان داشته باشیم. اگر مشکلات این قشر از جامعه حل نشود معمولا در قالب یکی از معضلات جامعه در تمامی نهادها، اعم از خانواده و سایر افراد جامعه اثر خواهد گذاشت. با توجه به اهمیت مسئولیت پذیری و سازگاری برای رشد و سلامت فردی، تحصیلی و اجتماعی دانش‌آموزان و نهایتا پیشرفت جامعه این پژوهش با امید استفاده از نتایج کاربردی آن برای جامعه انجام شد. چنانچه گفته شد نتایج فرضیه اول حاکی از تاثیر آموزش گروهی مهارت های اجتماعی – ارتباطی در مسئولیت پذیری دانش آموزان بود که این یافته با نتایج بسیاری از پژوهش های مشابه همخوانی داشته است مانند نتایج پژوهش های: ( Pirayesh, ۲۰۱۶ ) ( Ahmadi, ۲۰۰۵ ) ( Ashrafi, Monjezi, ۲۰۰۹ ) ( Hatami , ۲۰۰۹ ) ( Kayvand , at al , ۲۰۱۰ ) ( Esmaeli, ۲۰۱۲ ) ( Gharehkhani, ۲۰۱۲ ) ( Kadish, ۲۰۰۹ ) & ( ۲۰۰۹ ). مثلا پژوهش (Pirayesh, 2016) نشان داد که یکی از مهمترین موضوعات برای سازگاری با مدرسه، مسئولیت پذیری دانش‌آموزان می‌باشد. دانش‌آموزان مسئولیت پذیر، سازگاری بیشتری با محیط و به ویژه مدرسه دارند. آینده نیازمند انسان‌هایی مسئول با توانایی انتخاب بیشتر است، کسی که بتواند براساس احتیاج خود نه براساس طرح‌ریزی دیگران برای خود، برنامه ریزی کند ( Brewer, 2010 ) . ( Glasser (2009 بیان می‌دارد افراد برای برخورداری از احساسات بهتر نسبت به زندگی باید مسئولیت پذیر باشند. وجود انسان‌های سرد و بی تفاوتی که در تمدنی بی بند و بار و بی هدف غوطه می‌خورند، ناشی از تربیتی است که در آن احساس مسئولیت مطرح نبوده است. با اندکی تعمق می‌توان دریافت، علت اصلی بی توجهی به وظایف تحصیلی، شغلی و اجتماعی، وجود تکیه گاه‌های فکری خطرناک نیست، بلکه ناشی از بی مسئولیتی یا فرار از مسئولیت و شانه خالی کردن از زیر بار آن است. بنابراین امروزه چه بسا افرادی را شاهدیم که از خود سلب مسئولیت می‌کنند، تا از کشمکش‌های ذهنی، خود را رهایی بخشند و از قید تلاش‌ها و فعالیت‌های خسته کننده، نجات دهند.

همچنین نتیجه فرضیه دوم نشان داد که آموزش گروهی مهارت های اجتماعی – ارتباطی در سازگاری دانش آموزان با مدرسه موثر است و این یافته نیز با بسیاری از نتایج پژوهش های مشابه

از جمله پژوهش های ( Ehsanni at al, ۲۰۱۶ ) ( Mohammadzadeh , Avang , ۲۰۱۳ ) ( Sharifi , ۲۰۱۱ ) ( Behpajo at al, ۲۰۱۱ ) ( Niles at al , ۲۰۱۰ ) همسو بود .

مهارت های اجتماعی به عنوان مهارت های لازم برای تطبیق با نیازهای اجتماعی و همین طور حفظ روابط بین فردی رضایت بخش و در نهایت ارتقاء سرمایه روان شناختی تعریف می شود . از آنجا که نیازهای اجتماعی متغیر می باشند و وابسته به زمینه اجتماعی خاص خود می باشند، بنابراین ضروری است که افراد مکانیزم پاسخ اجتماعی منطقی را در خود ایجاد کنند تا بتوانند خود را متناسب با نیازهای موقعیتی و وضعیتی تغییر دهند. ناتوانی برای تغییر رفتار در رابطه با نیازهای متغیر معمولاً به اختلال عملکرد منجر می شود. لذا مهارت های اجتماعی ضعیف به عدم پذیرش فرد توسط دیگران و ناسازگاری منجر می شود ( Herbert 2012 ). در کل مهارت های اجتماعی، فرایند مرکبی است که فرد را قادر می سازد به گونه ای رفتار کند که دیگران او را با کفایت تلقی کنند. در واقع مهارت ها، توانایی های لازم برای انجام رفتارهای هدفمند و موفقیت آمیز هستند. مهارت های اجتماعی، توانایی های پیچیده برای ساختن رفتارهایی که به طور مثبت یا منفی تقویت می شوند و به ظهور رفتارهایی که توسط دیگران مورد تنبیه یا خاموشی قرار می گیرند، منتهی نمی شود. لذا به کمک تکنیک های مهارت های اجتماعی و ارتباطی، افراد مسئولیت رفتارهای خود را به عهده گرفته و در روابط بین فردی نیز بهتر عمل نموده در نتیجه سازگاری بیشتری از خود نشان می دهند.

این پژوهش همانند بسیاری از پژوهش ها با محدودیت هایی همراه بوده است از جمله محدودیت زمانی و عدم همکاری کامل مربیان، انجام پژوهش روی یک گروه جنسی و همچنین در مورد دانش آموزان یک مقطع تحصیلی و یک مدرسه خاص که طبعاً تعمیم یافته های پژوهش را باید با احتیاط انجام داد هر چند که چنانچه در پژوهش ذکر شد نتایج این یافته ها با بسیاری از پژوهش های مشابه همخوان است .

پیشنهادهایی هم در راستای انجام این پژوهش مطرح می شود از جمله ارائه برنامه های آموزش مهارت های اجتماعی و ارتباطی با هدف آگاهی از وضعیت روان شناختی نوجوانان به ویژه برای والدین این قبیل دانش آموزان که سلامت آن ها سلامت جامعه آینده ایران اسلامی است. همچنین برای انجام پژوهش های آتی پیشنهاد می شود با افزایش جلسات درمانی و قرار دادن دوره پیگیری، به بررسی دقیق تر اثربخشی آموزش مهارت های اجتماعی-ارتباطی بر مسئولیت پذیری و سازگاری دانش آموزان با مدرسه پرداخته شود. ضمناً به محققان آتی که قصد انجام پژوهش در حوزه بهداشت روان نوجوانان و دانش آموزان دارند، در ارائه مداخلات درمان انفرادی بر مسئله مهارت های اجتماعی-ارتباطی نوجوانان تاکید نمایند.

در خاتمه اعلام می‌شود که نتیجه نهایی این پژوهش حاکی از آن بود که آموزش مهارت‌های اجتماعی-ارتباطی به طور معناداری باعث افزایش مسئولیت‌پذیری و سازگاری با مدرسه در دانش-آموزان می‌شود. به عبارت بهتر دانش‌آموزان با شرکت در جلسات آموزش مهارت‌های اجتماعی-ارتباطی و با بهره‌گیری از تکنیک‌های این روش آموزشی و افزایش بینش و آگاهی لازم، می‌توانند مسئولیت‌پذیری خود را افزایش داده و سازگاری آنها نیز افزایش چشمگیری داشته باشد. این قبیل دانش‌آموزان که طبعاً در دوران نوجوانی با تغییرات فیزیولوژیکی، هورمونی و انتقال از کودکی به بزرگسالی روبه‌رو هستند در برابر این تغییرات، مشکلات، آسیب‌پذیری زیادی دارند و متأسفانه عمدتاً به دلیل عدم توانایی لازم در برخورد با این شرایط، دچار احساس ناکامی شده و اغلب آن‌ها ناسازگاری بیشتری با محیط پیرامون داشته و احساس تنهایی را تجربه می‌نمایند. در مقابل افراد دارای مهارت‌های اجتماعی-ارتباطی، یعنی کسانی که احساسات خود را به خوبی می‌شناسند و آن‌ها را هدایت می‌کنند و احساسات دیگران را نیز درک و به طرز اثربخشی با آن برخورد می‌کنند، روابط بین فردی سالمی برقرار می‌کنند، در حوزه‌های مختلف فردی و بین فردی از سلامت روان بالاتری برخوردار هستند. ایجاد برنامه‌هایی به منظور ارتقاء مهارت‌های اجتماعی و ارتباطی، افزایش سازگاری و کاهش احساس تنهایی و فرسودگی تحصیلی، قطعاً باعث بهبود عملکرد فرد در مدرسه و جامعه می‌شود. عدم آشنایی افراد با شیوه‌های مقابله با بحران، حل مسئله و ابراز وجود می‌تواند سبب خشم، پرخاشگری یا افسردگی آن‌ها شود و آنان را به‌سوی رفتارهای پرخطر و انواع بزه‌ها سوق دهد. به طور کلی نوجوانان با آموزش مهارت‌های اجتماعی و ارتباطی می‌توانند در روابط بین-فردی خود سازگاری بیشتری داشته و با افزایش مسئولیت‌پذیری، در برخورد با مشکلات پیش‌رو، تاب‌آوری بیشتری از خود نشان دهند.

## References

- Ahmadi akhormeh, M. Sahami, Refahi, J. Shamshiri, B. (2013) Creation and validation of multi-dimensional accountability questionnaire based on Islamic texts. *Journal of Psychological Methods and Models of Marvdasht University*. Third year. No. 19. Autumn 2013. 99-111.
- Ahmadi, M. S. (2014) The Effectiveness of Communication Skills Training on Self-Regulatory Learning of Sixth Male Students in Zanjan City. *Knowledge and research in applied psychology*, 15 (1), 113-120.

- Ashrafi, M. Monjezi, F. (2009) The Effectiveness of Communication Skills Training on Aggression among High School Girl Students. *Cognitive and Behavioral Sciences Research*, 3 (1), 81-98.
- Bahamin, M. Korosh Nia, M. (2017). Relationship between social skills and social adjustment through loneliness in adolescents. *Journal of Psychological Methods and Models of Marvdasht University*. Eighth year No. 3. Autumn 2017. 253- 268.
- Bahmani, P. Barzegar, M. (2017) The Effectiveness of Story Therapy on Reducing Aggression and Enhancing Social Skills in Preschool Children. *Journal of Psychological Methods and Models of Marvdasht University*. Eighth year. No. 30. winter 2017. 205-218.
- Behpajo, A. Soleimani, M. Afrouz, G. and Gholamali Lavasani, M. (2010) The Effect of Social Skills Training on Social Adjustment and Academic Performance of Slowlearned Students. *Journal of Educational Innovation*, 33 (9), 33-48.
- Bolton, R. (2008) *Psychology of Human Relations (Popular Skills)*. Translated by Hamid Reza Sohrabi (2012). fourth edition. Tehran: Roshd Publication.
- Brewer, M. (2010). *Teaching your child responsibility*. Pagewise. Inc.
- Delawar, A. (2005) *Theoretical and practical foundations of research in humanities and social sciences*. Tehran. Roshd Publication.
- Ehsanni, T. Alizadeh mosavi, E (2016) The effect of social-communicative skills training on impulsivity and self-control in children with coping disorder. Master's Thesis. Islamic Azad University, Neishabour Branch.
- Elksnin, L. K. & Elksnin, N. (2009) Teaching Social Skills to Students with Learning and Behavior Problems. *Intervention in School and Clinic*, 33 (3), 131-140.
- Esmaili, M. (2010) The Effectiveness of Social Skills Training on Increasing Self-esteem and Assertiveness the Girls with Addicted Parents. *Journal of addiction*, (16), 41-62.
- Extremera, N., Duran, A., & Rey, L. (2009) Perceived emotional intelligence and dispositional optimism- pessimism analyzing their role in predicting psychological adjustment. *Pers Individ Dif* ; 42, 106-121.
- Ginat, H. (2007) *The relationship between parents and children*. Translated by Siavash Sartpi (2011) Tehran. Information Institute Publication.

- Glasser, W. (2009) *Station of the mind. New direction for reality therapy.* New York.
- Hatami Ghareh Khanbigloo, C; Hajloo, N. and Sobhi Gharamalki, N. (2012) The effectiveness of life skills training on self-esteem, assertiveness and interpersonal relations among students. Master's thesis for clinical psychology. Mohagheghe Ardebili University.
- Herbert, J. D. (2012) Social Skills Training Augments the Effectiveness of Cognitive Behavioral Group Therapy for Social Anxiety Disorder. *Behavior Therapy*, 36 (2), 125-138.
- Kadish, T. E. (2009) Identification The developmental Strengths of Juvenile offerens: Assessing for life Skills. *Journal of Addictions and offender counseling*, 21(2), 11-85.
- Karami, A. (2004) Translation of Student Adjustment Questionnaire. Sina Behavioral Sciences Research Institute. Tehran.
- Karami, J. (2003) The Effect of Cognitive Therapy on Social Adjustment and Responsibility of Pre-university Students in Gotvand sity. Master thesis. Islamic Azad University of Arsanjan Branch.
- Kaywand, F. Shafi Abadi, A . Sudani, M. (2009) The Effectiveness of Communication Skills Training on Social Anxiety in 4th Grade Secondary School Students in District 4 of Ahwaz Education. *Knowledge and Research in Applied Psychology*, 7 (42), 1-24
- Masaabi, A. (2008) The Effect of Teaching Anger Control Skills on Students' Aggression and Social Adjustment. Master thesis. Faculty of Psychology and Educational Sciences. Allameh Tabataba'i University.
- Mohammadi, k.Refahi,J.Samani,S.(2013) Interpersonal self-esteem on quality of life and high-risk behaviors among students. *Journal of Psychological Methods and Models of Marvdasht University.* Forth year.No.14. winter2013. 29-43.
- Mohammadzadeh, M . Avang, H. (2013) The Effect of Life Skills Training on Adolescents' Consistency in Iranian School Students in Malaysi. 6 th International Congress of Psychiatry of Children and Adolescents. Tabriz.
- Niles, M. D., Reynolds, A. J, & Roe-Sepowitz, D. (2011). Early childhood intervention and early adolescent social and emotional competence: Second generation evidence from the Chicago Longitudinal Study. *Educational Research*, 50, 55-73.

- Nina, R., Sylvie M., & Kimberly, G. (2012) Spiritual Coping and Psychosocial Adjustment of Adolescents with Chronic Illness: The Role of Cognitive Attributions, Age, and Disease Group. *Journal of Adolescent Health* , 1-7.
- Pasha, G . Goodarzian, M. (2009) The Relationship between Identity Styles and Ethical Growth with Responsibility in Students. *Journal of New Findings in Psychology*, 2 (8), 87-99.
- Paul, O. (2006) Social Adjustment of Kenyan Orphaned Grandchildren, Perceived Care giving Stresses and Discipline Strategies used by their Fostering Grandmothers. Psychology Institute Faculty of Education Gotenborgs University, Sverige Maseno.
- Pirayesh, M. (2016) The relationship between accountability and self-efficacy with school compatibility among high school students. Master's Thesis. Islamic Azad University of Tonekabon Branch.
- Rabieh Tabar, M. and Babazadeh, H. (2016) The Relationship between Communication Skills and Self-Concept with School Adaptation in High School Students. Second National Conference on Psychology and Related Sciences. Islamic Azad University of Torbat-e-Jam.
- Rotenberg, K. J., Michalik, N., Eisenberg, N., & Betts, L. R. (2009) The relations among young children, s peer-reported trustworthiness, inhibitory control, and preschool adjustment. *Early Childhood Research Quarterly*, 3, 288-298.
- Saghei, M. H. Rajai, A. (2008) Relationship between adolescents perception of family function and their adaptation. *Journal of Thought and Behavior*, 3 (10), 71-83.
- Samani , S. Sohrabi shegefti, N.. Mansori, S. (2011) The role of cognitive-emotional regulation mediation for parental style and emotional problems *.Journal of Psychological Methods and Models of Marvdasht University . first year. No. 3. Spring .2011 .133-139.*
- Samani, S. (2002) Model of Family Solidarity, Emotional Independence and Adaptation. Ph.D. dissertation Psychology. Shiraz university.
- Samani,S. Hossein Chari, M. ( 2013) Investigating the Mediating Role of Cognitive Emotion Regulation in Relationship Between Parenting and Academic Adjustment in Students. *Journal of Psychological Methods and Models . third year . NO. 11. Spring 2013. 83-98.*
- Seif, A.A. (2010) Educational Psychology, Psychology of Learning and Education. Tehran. Agah publication.



- 
- Sharifi Daramadi, P. (2011) The Effect of Social Skills Training on the Adolescents' Blindness. *Psychology of Exceptional Persons*. 1 (1), 38- 49.
- Sheikholeslami, R. Borzou, S. (2015) Parenting and Teachers' Challenges: The Role of Intermediation in Identity Styles. *Quarterly Journal of Methods and Psychological Models of Marvdasht University*. Sixth Year. No. 19. Spring 2013. 97-119

