

# آموزش مهارت اجتماعی

سالهای پس از طی دوران نوجوانی مشاهده می شود نیز شامل می شود.

رفع یا کاهش این عدم مهارتها که علاوه بر رشد عمومی فرهنگی اجتماعی سبب توسعه اقتصادی نیز می شود مستلزم آموزش رسمی این مهارتها به دانش آموزان است و بی توجهی به این مسایل موجب خواهد شد که دانش آموز پس از فارغ التحصیل شدن، در هیچ کاری توانایی و مهارت کافی نداشته باشد و کشور را به علت عدم کارایی منابع نیروی انسانی دچار موانع بزرگی نماید.

اکثر کودکان با رشد و رسیدن به نوجوانی معمولاً به درجه معینی از استقلال دست می یابند. این دانش آموزان اغلب با بالا رفتن سنشان اصرار می ورزند که کار مربوط به خود را خودشان بهتر انجام می دهند و در این مرحله کسب درجه ای از اعتماد به نفس برای کودکان که هنوز وابسته بودنشان به دیگران به ویژه پدر و مادر مشهود است، اهمیتی حیاتی دارد و برای افزایش این اعتماد به نفس، برداشتن گامهایی متوالی لازم است، به ویژه آنکه برخی دانش آموزان تصویری غیرواقعی نسبت به خود دارند و یا خود را عاجز و ناتوان می دانند و یا خود را دست کم می گیرند و به دلیل ترس از ناکامی مجدد، از انجام تکالیف و یا هر عملی سر باز می زنند و یا بملکس خود را بسیار تواناتر و پخته تر از حدی که در واقع هستند نشان می دهند، در این مرحله مربی باید تعریفی حقیقی از دانش آموز به خودش بدهد تا این شناخت از خود و توانایی های خود، فرد را قادر به کسب موفقیت نماید.

از دیگر ویژگیهایی که دانش آموزان کم مهارت به آن مبتلایند، عدم تمرکز فکری و حواس پرتی آنان است یعنی دانش آموز نمی تواند حواس خود را بیش از چند دقیقه بر یک فعالیت و یا یک موضوع متمرکز کند و توجه وی به آسانی به محرکهای نامربوط به فعالیت منحرف می شود. یعنی وقتی که دانش آموز بهنجار وساعی درباره موضوع یا راه حل های موجود برای حل مسأله فکر

□ محمد دمیرچی لو

بسیارند دانش آموزانی که ظاهری طبیعی دارند، رشد جسمی وقد و وزنشان حاکی از بهنجاری بودن آنان است، هوششان عادی است و به خوبی صحبت می کنند و با همسالان خود ارتباط برقرار می کنند و در خانه نیز وظایف خود را کم و بیش انجام می دهند لیکن میزان این ارتباطات و انجام وظایف، رشد و افزایش نمی یابد، و در واقع تصحیح نمی شوند. این کودکان و نوجوانان در ابتدا به علت کم مهارتی اجتماعی - عاطفی از اجتماع همسالان طرد می شوند و والدین این گروه از دانش آموزان، بی خبر از دلایل نساتوانی در «مهارتهای لازم» فشارهایی به آنان وارد می آورند و اغلب مقایسه های ناروا و تحقیرآمیزی هم از جانب والدین و هم از جانب معلمان و همکلاسان صورت می گیرد که اندک اندک این دانش آموزان را به بی اعتمادی نسبت به خود، کم جراتی و اضطراب در زمان کار، سوق می دهند.

کوشش برای رشد مهارتهای اجتماعی می تواند در ادامه زندگی مستقل نوجوانان و موفقیت شغلی حائز اهمیت اساسی باشد. از جمله این مهارتها می توان از توانایی ایجاد ارتباط با همکلاسان و همسالان، کنترل رفتار شخصی، تمایل به کار، و انجام وظایفی که به عهده فرد گذاشته می شود و نیز احساس مسئولیت، نام برد از زمینه های دیگر این مهارتها دستیابی به یک مفهوم واقع بینانه از خود، ایجاد روابط خانوادگی مناسب، ایجاد نظم در زندگی، ایجاد انگیزه پیشرفت، پیگیری در کار، اداره امور اقتصادی خود، سازمان دادن اوقات فراغت و بالاخره مهارتهایی که باعث احساس رضایت و انجام معنی دار امور را که در



می‌کنند، دانش آموز کم‌مهارت بلافاصله بدون توجه به درستی یا نادرستی و بدون تعمق و اندیشه راه حلی را برمی‌گزیند و پاسخ را ارائه می‌دهد و همین رفتارها معمولاً در روند فراگیری اختلال بوجود می‌آورد و هرگاه در این مرحله نتوانیم به دانش‌آموزان مهارت لازم را بیاموزیم در قبال عدم فراگیری، واکنشی جز پرخاشگری از معلم، و طرد از سوی همسالان نباید انتظار داشت. و در این صورت دانش‌آموز به سوی پرخاشگری یا اختلالات رفتاری دیگر سوق داده خواهد شد و فراوانی و شدت سرخوردگی در نوع و میزان این اختلالات بسیار مؤثر است. بعضی از دانش‌آموزان در قبال سرخوردگی به صورت قبلی یعنی کم‌جرأتی باز می‌گردند و با عدم تحرک و گوشه‌گیری سعی می‌کنند خود را از دیگران مخفی کنند و توجه کسی نیز به آنها جلب نمی‌شود و آنان از روابط متقابل اجتماعی کاملاً پرهیز می‌کنند.

گوشه‌گیری و دیگر اختلالات رفتاری که در اثر کم‌مهارتی ایجاد می‌گردد باید بسیار تدریجی و با گام‌های آموزشی از بین برود و هنگامی که کودک یا نوجوان برای برقراری روابط گوناگون گام برمی‌دارد به تشویق و حمایت قابل توجهی نیازمند است. که لازم است تمام این مراحل یعنی از مرحله تصور واقعی از خود، تا مرحله پختگی تحت نظر مربی تربیتی یا معلم کارآموده تحقق یابد.

### الف - تصور غیر واقعی از خود (مشکلات ادراک اجتماعی)

ادراک اجتماعی عبارتست از توانایی درک وضعیت خود نسبت به رفتار دیگران و موقعیتهای اجتماعی. اهمیت ندادن به احساسات دیگران یکی از کاستیهای متداول ادراک اجتماعی است، امکان دارد عدم حساسیت نسبت به دیگران از ناتوانی دانش‌آموزان در درک ارتباطات غیر کلامی چون حرکات صورت، ژستها یا حالت کلی آنان مایه بگردد و در نتیجه غالب اوقات این نوجوانان در روابط متقابل با همسالان دیگر

قادر به پذیرش مسئولیتهای شخصی و اجتماعی نباشند و نتوانند بدون هدایت و حمایت مداوم به تنهایی فعالیتی را به نحو احسن انجام دهند. و معمولاً والدین این نوع دانش‌آموزان اظهار می‌دارند که فرزندمان با کسی بازی نمی‌کند.

در نوجوانان مبتلا به مشکلات ادراک اجتماعی، خویشتن‌داری اندکی وجود دارد و یا اصلاً در آنها خویشتن‌داری دیده نمی‌شود و از آنجا که آنان پیوسته در حال گفتن سخنان یا انجام کارهای نامناسب هستند، دیگران آنها را گستاخ و بی‌نزاکت می‌شناسند و می‌توان گفت آنان قادر نیستند رفتار خود و دیگران را در وضعیتهای مختلف پیش‌بینی کنند.



### ب- ناپایداری رفتارها

از مشکلات عمده دیگری که به همین زمینه ارتباط دارد ناپایداری رفتار است که مهار آن بسیار دشوارتر از مرحله اول است یعنی تحریک‌پذیری برخی از این کودکان و نوجوانان باعث می‌شود که تغییری سریع در رفتار آنان رخ دهد و باعث ناکامی‌های مختلفی از جمله ناکامی تحصیلی گردد. این نشانه‌ها که نشانگر رفتار ضد اجتماعی است مانند استفاده از کلمات رکبیک و دروغگویی و دزدی‌های کوچک از جمله رفتارهای ناسازگارانه‌ای است که در این کودکان و نوجوانان دیده می‌شود و آخرین نشانه از این نشانه‌ها، ناشکیبایی و کم‌تحملی در مقابل شکستها و کج خلقی در قبال ناکامیهاست.

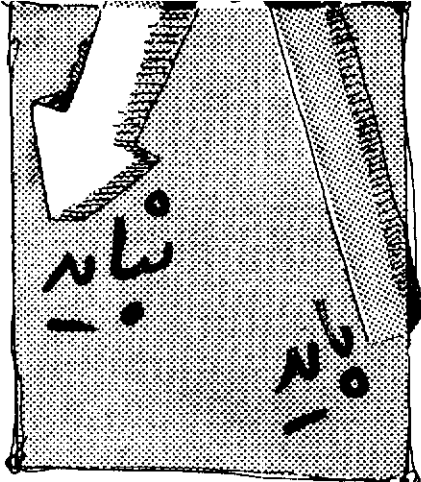
### راه حل و درمان مشکل

سالهای متممادی تصور می‌شد که روان‌شناسان و یا سایر افراد با تخصصهای مشابه مانند مشاورین مدارس وظیفه دارند که مهارتهای اجتماعی - عاطفی را رشد دهند. اما در سالهای اخیر کسانی که به طور رسمی و پیوسته به این امر پرداخته‌اند مربیان تربیتی و معلمین بوده‌اند. میزان و شدت رابطه متقابل مربی - دانش‌آموز که در غالب اوقات با مشکلات اجتماعی - عاطفی دانش‌آموز پیوند دارد به طور مثال در دو رویکرد «رفع کم‌مهارتی دانش‌آموزان» یعنی هم در رویکرد «تغییر رفتار» و هم رویکرد «آموزش اجتماعی متقابل» می‌بینیم که مشاهده کودک و تحلیل این مشاهدات به وسیله مربی، دانش‌آموز را قادر می‌سازد تا رابطه میان رفتار خویش و پیامد آن را فرا گیرد بنابراین تحلیل رفتار دانش‌آموز به وسیله مربی به مثابه «داوری بی‌طرفانه» اهمیت به سزایی در رفع و کاهش مشکل کم‌مهارتی اجتماعی - عاطفی دارد به ویژه به مربی یا معلم این امکان را می‌دهد تا بر حسب شرایط هر دانش‌آموز بهترین شیوه را برگزیند برای آشنایی بیشتر نمونه‌ای از فهرست ویژگیهای رفتاری در کم‌مهارتی‌های اجتماعی - عاطفی مطرح می‌گردد. این فهرست از طبقه‌بندی گسترده‌ای از رفتار کلی، ارتباط کلامی، عملکرد کلی در کلاس و عملکردهای بخصوص تشکیل گردیده است.

### رفتار کلی

- ۱- به سادگی ناامید می‌شود
- ۲- بروز تغییرات را در وضع عادی تحمل نمی‌کند
- ۳- فراموشکار است
- ۴- فاقد کنترل عاطفی است
- ۵- ظاهری غیردوستانه دارد
- ۶- در فعالیتهایش ناسامانی وجود دارد
- ۷- رویایی و حواس‌پرت است
- ۸- همبازیهای کمتری دارد
- ۹- بی‌اختیار و سست اراده است
- ۱۰- مضطرب است

- ۱۱- حالت‌های همراه با اندوه و غم در او بسیار دیده می‌شود
- ۱۲- داوری اجتماعی ضعیفی دارد
- ۱۳- فعالیتها و کارهایش بیش از حد لازم ادامه می‌یابد
- ۱۴- خودفهمی ضعیفی دارد
- ۱۵- از پرداختن به کارهای تازه و متنوع می‌پرهیزد



- ۱۶- توجه وی به امور تحصیلی اندک است
- ۱۷- کمک همسالان را به سختی می‌پذیرد
- ۱۸- تحرک بیش از حد دارد
- ۱۹- به آسانی خسته می‌شود
- ۲۰- ناآزموده و کم جرأت است

### ادراک

- ۱- نمی‌تواند بزرگ چیز فکرش را متمرکز کند
- ۲- افکارش نابسامان است
- ۳- وسعت و عمق توجهش کم است

### ارتباط کلامی

- ۱- از به زبان آوردن افکار خوبش عاجز است
- ۲- جمله‌های وی ناقص است
- ۳- کلمات را خوب ادا نمی‌کند

### عملکرد کلی در کلاس

- ۱- میان کارهای نوشتنی و گفتگوهایی شفاهی تفاوت مشاهده می‌شود
- ۲- در به نظم آوردن واکنش، دشواری و تأخیر دارد
- ۳- به نظر تبیل و سست می‌نماید
- ۴- در دنبال کردن مسیر درس ناتوان است
- ۵- در درسهای مختلف عملکردها و بازده‌های متفاوتی دارد

### خواندن

- ۱- سرعت خواندن با صدای بلند وی زیاد است و به عبارت بندها و نشانه‌گذاریها توجهی ندارد
- ۲- در خواندن صامت (بی صدا) لبها و سرش را می‌جنباند
- ۳- صداها را به صورت تنها می‌شناسد اما کلمات را با صداهايشان به خوبی ادا نمی‌کند
- ۴- در مورد کلمه کوچک یا حذف می‌کند

والدین توانایی علمی پرداختن به کمبودهای مهارتی فرزند خویش را ندارند ولی اگر از جانب مدرسه و مربیان به آنان درباره این کمبودها اطلاعات لازم داده شود می‌توانند شرایط محیطی مساعدی برای فرزندانشان فراهم آورند هنگامی که دانش آموز پای به مدرسه می‌گذارد والدین معمولاً توجهشان به پیشرفت کودک در مهارتهای پایه به ویژه در خواندن جلب می‌شود و نیز دشواریهای رفتارهای مربوط به مدرسه و تحرک بیش از حد، رفتارهایی هستند که در آغاز جلب توجه می‌کنند از همین زمان باید یادگیری مهارتهای اجتماعی - عاطفی دانش آموزان را به کمک والدین و با تکنیکهای تحلیل رفتاری و یا تفسیر رفتار و یا آموزش مستقیم به ویژه با تشویق دانش آموزان به یادگیری مهارتهای پایه، چون خواندن - صحبت کردن و یا معاشرت و ارتباط صحیح با همسالان را آغاز نمود ولی باید توجه کافی داشت که هرگز نباید کم مهارتی اجتماعی را به عنوان یک عیب یا برچسب تلقی کرد، زیرا این برچسب خود باعث عدم اطمینان دانش آموز و سرانجام گریز از آموزش این مهارتها می‌گردد. ناکامی در مدرسه وضعف خودشناسی متأسفانه با تدریس ناکافی و ناصحیح به عنوان عامل مهمی در ایجاد کم مهارتی اجتماعی - عاطفی به حساب می‌آید. بسیاری از معلمان در دوره ابتدایی برای درسهای پایه مهارتهای لازم را فرا نگرفته‌اند مثلاً درباره اصوات دانش کافی برای تدریس «خواندن» ندارند و همچنین درباره این که دانش آموز چگونه می‌آموزد و یا چگونه می‌تواند به «مهارت یادگیری لازم» دست یابد، غالباً در تدریس مورد توجه واقع نمی‌شود و اگرچه در مدارس خواندن، نوشتن و هجی کردن کلمه‌ها تدریس می‌گردد اما اغلب روش صحبت کردن، نحوه برقراری رابطه با مردم، استفاده از وجود خود به صورت هدفدار، به شکل سازمان یافته‌ای آموخته نمی‌شود و باید خاطر نشان ساخت که استفاده از روشها و مواد درسی به تفاوت‌های فرهنگی و تفاوت‌های فردی توجهی

و یا با جایگزینی خطا می‌نماید  
۵- لغاتی را که می‌خوانند نمی‌تواند به خوبی بنویسد.  
نوشتن .

- ۱- نمی‌تواند اندیشه‌هایش را به صورت جمله بنویسد
- ۲- رعایت نشانه گذاری را نمی‌کند یا کم می‌کند
- ۳- سریع و بی دقت می‌نویسد
- ۴- آهسته و با دشواری می‌نویسد
- ۵- نمی‌تواند روی خط بنویسد و حاشیه صفحه را رعایت کند
- ۶- نوشته‌هایش دارای خط خوردگی یا بسیار پاک شده است

### ریاضی

- ۱- توانایی استدلال مجرد را ندارد
- ۲- مهارتهای محاسباتی وی ضعیف است
- ۳- حقایق ریاضی را به صورت خودکار متوجه نمی‌شود
- ۴- در کاربرد فرایندهای حساب ضعیف است.
- ۵- مفهوم سنجش در وی ضعیف است
- ۶- در مورد ارزش مکانی و انتقالی دشواری دارد

### نقش و وظایف والدین و مربیان

والدین به دلیل تماس منظم و فراوان با دانش آموزان اغلب اولین نفراتی هستند که به نشانه‌های کم مهارتی اجتماعی - عاطفی فرزندانشان پی می‌برند و از این رو والدین با دقت و دلسوزی بیشتری به کندی رشد مهارتهای اجتماعی - عاطفی و دشواریهای دانش آموزان توجه می‌کنند اگر چه برخی از

ندارد و این مسئله موجب می شود که کودک فاقد انگیزه لازم برای خواندن باشد و همین موضوع بر خودهومی وی نیز اثر نامطلوب می گذارد. فقدان مهارت‌های پیش نیاز، وجود مسائلی در به خاطر سپاری و دشواری در شکل دادن به مفاهیم، دشواریهای بعدی را می سازد.

## شیوه‌های کاهش و رفع کم مهارتی

### الف - رویکرد تغییر رفتار

از میان شیوه‌های گوناگون که برای تبدیل رفتار فراهم آمده است شیوه تغییر رفتار براساس تقویت رفتار مناسب توجه متخصصان تعلیم و تربیت و روانشناسی اجتماعی را به خود بیشتر معطوف کرده است به تعبیر والاس و کافمن ۱۹۷۸: «تغییر رفتار به هر نوع ترتیب نظام‌دار رویدادهای محیطی گفته می شود که تغییر بخصوصی را در رفتار قابل مشاهده پدید آورد».

نحوه عمل روش تغییر رفتار بدین گونه است که به جای تاکید بر عوامل درونی که میزان کنترل مربی یا معلم به آنها اندک است، به اهمیت رفتارهای بیرونی و قابل مشاهده اصرار می ورزد. تغییر رفتار در پی آن است که با تمرکز به رفتارهای بخصوص کودک، به ویژه آنهایی که مانع یادگیری می شود رفتار افراد را تغییر دهد. تقویت کننده‌ها می توانند مثبت (چیزهایی که دانش آموزی کوشد بدست آورد یا برای خودش نگهدارد)، یا می تواند منفی باشند مانند (چیزهایی که فرد می کوشد از آنها اجتناب کند) باشند به عنوان مثال مربی می تواند دانش آموزانی را که برای کمک به امور تزیین یا تعمیر کلاس داوطلب می شوند شناسایی و این رفتار مخصوص را در آنها تقویت کند در نتیجه این تقویت، تعداد بیشتری از دانش آموزان به این رفتار گرایش پیدا می کنند. دو طبقه کلی در هر تقویت رفتاری وجود دارد، پیوستگی و تناوب. در تقویت پیوسته، هر پاسخ درستی تقویت

می شود، ولسی در تقویت متناوب انتظارات از رفتار دانش آموزان به تدریج افزایش می یابد.

ب - رویکرد آموزش مهارت اجتماعی - عاطفی

برای اندازه گیری و تحلیل رفتارها، برخی از مربیان با استفاده از «استانداردهای رفتار» برای تعیین سطح مهارت دانش آموز ارزیابی نسبی از دانش آموز نموده و تمام سعی خود را برای رفع یا کاهش این موقعیت و رفتار به طور مستقیم روی «رفتار مورد نظر» متمرکز می کنند، و با تسهیل موضوع درس و با استفاده از شیوه‌های آموزشی فرد به فرد و رشد دانش آموز و مساعدت مربی بتواند خود و دیگران را درک کند و با دیگران رابطه برقرار کند در این رویکرد «آموزش متقابل» به اهمیت احساسات فرد تاکید می ورزد برخی از تکنیکهای مورد استفاده این روش عبارتند از: ۱- آموزش برنامه‌های مهارت اجتماعی - عاطفی ۲- آموزش انفرادی ۳- آموزش در هنگام بحران.

### ۱- آموزش مهارتها

این برنامه برنامه‌ای رشدی است تا فعالیتهایی را برای سازگاری اجتماعی دانش آموزان فراهم آورد اهداف عمده این برنامه در مرحله اول عبارت است از الف - آموزش تفکر انتقادی (نقادی و پرسش) ب- «تعلیم استقلال عمل» تا بدان پایه که آنان بتوانند در اجتماع و حرفه خود با شایستگی عمل کنند در این مرحله که به ۱۰ دوره تقسیم می شود شامل: ۱- درک فردیت ۲- شناخت محیط ۳- ارتباط و همکاری با دیگران ۴- شناخت تواناییهای جسمی ۵- شناخت و واکنش درباره عواطف ۶- شناخت آنچه حواس مختلف انجام می دهند ۷- شروع برقراری روابط با دیگران ۸- کنار آمدن با دیگران (تفاهم) ۹- شناسایی افرادی که قصدشان کمک است ۱۰- حفظ و تداوم وظایف، هر کدام از این دوره‌ها به تقریب حاوی ۱۵ تا ۲۰ درس است برنامه دیگری با نام «به سوی رشد

مؤثر»<sup>۱</sup> وجود دارد که بر محور فعالیت بنا شده و طرح آن برانگیختن و رشد مهارت‌های اجتماعی - عاطفی است این برنامه بر این فرضیه بنا شده است که میان فرایندهای شناختی (طبقه بندی مسأله، حل مسأله، استدلال...) و فرایندهای عاطفی (انگیزه‌ها، علائق، ارزشها، احساسها) رابطه متقابلی وجود دارد این برنامه شامل پنج بخش است که عبارتند از: ۱- دستیابی به خود و دستیابی به دیگران ۲- احساسهای شما و احساسهای من ۳- همکاری با یکدیگر ۴- من، امروز فردا ۵- احساس، تفکر، عمل

### ۲- آموزش انفرادی مهارتها (مشاوره‌ای)

در این نوع آموزش که براساس شناسایی از دانش آموزان مبتلا به مشکلات خفیف کم مهارتی، کار (طبقه بندی، تشخیص و ارزیابی) از میزان کمبود یا فقدان مهارت اجتماعی - عاطفی به عهده افراد ورزیده‌ای تحت عنوان مشاور مدرسه گذارده می گردد تا دانش آموزان را یاری نماید و به عبارت دیگر این «مربی ویژه» به طور پاره وقت یا تمام وقت به دانش آموز کمک می کند اگر چه در این روش برچسب خوردن به دانش آموز و نیز عدم مجالست با همسالان و افراد عادی در واکنشهای با مهارت دانش آموز تأثیر می گذارد! در عین حال خطری در این روش وجود دارد که چون خود مشاور در زمینه آموزش این مهارتها تجربه‌ای ندارد درباره دشواریهای این دانش آموزان اطلاعات درستی ندارد و در نتیجه نمی تواند کاملاً به دانش آموز کمک نماید.