

The effectiveness of social skills training on individual adjustment among the college girl students who settled in dormitories

Amir Mahmood Harirchi¹ Ali Asgari² Ali Reza Jazayeri³ Lily Mirveissi⁴

Abstract

Aim: This study was considered the effectiveness of social skills training on individual adjustment among the college girl students who settled in dormitories of Medical Sciences of Tehran University. Social skills are as the observational behavior. The ways which could be obtained these skills included observation, training, and experiencing.

Method: Sixty college girl students were selected by random sampling. Thirty of them were placed in Control group, and the rest were placed in Experimental group. The experimental group was taken twenty one hours intervention (Social Skills). It was used of California Personality Test (CPT) as pre test- post test. Two months later, the experience group filled up the CPT to find out exact the effects, and endurable of mental intervention.

Result: Findings showed, the intervention (Social Skills Training) was the caused to enhance the individual adjustment scale, and its sub-scales. The follow up showed the individual adjustment scale and sub- scale had not been endured after two months.

Keywords: Social skills, Individual Adjustment, College Student, Dormitories.

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
رتال جامع علوم انسانی

¹ - Assistant professor, University of Welfare & Rehabilitation

² - Assistant professor, University of Welfare & Rehabilitation

³ - Assistant professor, University of Welfare & Rehabilitation

⁴ - M.A in Social Work (Authored)

تأثیر آموزش مهارت‌های اجتماعی بر سازگاری فردی دختران دانشجو

امیر محمود حریرچی^۵ علی عسگری^۶ علیرضا جزایری^۷ لیلی میروسی^۸

چکیده

هدف: هدف اصلی پژوهش حاضر شناخت تأثیر آموزش مهارت‌های اجتماعی بر سازگاری دانشجویان دختر مستقر در خوابگاه‌های دانشجویی دانشگاه علوم پزشکی تهران بوده است.

روش: در این پژوهش از روش شبه آزمایشی استفاده شده است. از این رو شصت نفر از دانشجویان دختر مستقر در خوابگاه‌های دانشجویی دانشگاه علوم پزشکی تهران که بیش از یک سال از مدت اقامت آنها در خوابگاه گذشته، و در مقطع تحصیلی کارشناسی و یا کارشناسی ارشد پیوسته (دکتری حرفه‌ای)، و نیز در گروه سنی ۲۵-۲۰ بودند، به صورت تصادفی انتخاب و در دو گروه آزمایش و کنترل قرار داده شدند. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش تحلیل کوواریانس و تحلیل واریانس دو عاملی و بنا به ضرورت و به منظور تأیید بیشتر یافته‌ها از آزمون تی مستقل استفاده شده است.

نتایج: یافته‌های بررسی مبین آن است که مداخله باعث افزایش میزان سازگاری فردی در آزمودنی‌های گروه آزمایش شده است. در خرده مقیاس‌های سازگاری فردی مداخله باعث افزایش دو خرده مقیاس اتکاء به نفس و آزادی فردی شده است. نتایج حاصل از سنجش ماندگاری مداخله و پیگیری در گروه آزمایش، نشان دهنده آن است که در مقیاس سازگاری فردی تأثیر مداخله پس از دو ماه در آزمودنی‌های گروه آزمایش کاهش و تداوم نداشته است.

بحث و نتیجه‌گیری: یافته‌های این پژوهش تأثیر آموزش مهارت‌های اجتماعی را بر افزایش سازگاری فردی و مولفه‌های تشکیل دهنده آن مورد تأیید قرار داد. بنظر می‌رسد آنچه که دختران دانشجو را آماده رویارویی و مقابله با مسایل و مشکلات می‌نماید کسب مهارت‌های ضروری زندگی و توانایی آنان در روابط بین فردی و تعامل اجتماعی است که می‌تواند در سازگاری و شکوفایی آنان نقش عمده ای ایفا کند.

واژگان کلیدی: مهارت‌های اجتماعی، سازگاری فردی، دانشجو، خوابگاه‌های دانشجویی

۵- عضو هیأت علمی دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی

۶- عضو هیأت علمی دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی

۷- عضو هیأت علمی دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی

۸- کارشناس ارشد مددکاری اجتماعی دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی (نویسنده اصلی) (Email: atalily@yahoo.com)

مقدمه

مشکلات فیزیکی، روحی- روانی در خوابگاه به طور مستقیم و غیر مستقیم هدف اصلی حضور دانشجو در دانشگاه تحت تأثیر قرار گرفته و در نهایت اغلب باعث بی انگیزگی و سرخوردگی او می‌شود. دانشجوی جوان برای کنار آمدن با چنین موقعیت‌هایی ضروری است از مهارت‌های اجتماعی در جهت سازگاری با محیط خود برخوردار گردد. علائم این سازگاری داشتن احساس مثبت در مورد خود، ابراز وجود، شرکت در فعالیت‌های اجتماعی و لذت بردن از ارتباط با دیگران است.

روش پژوهش

این مطالعه، یک پژوهش نیمه آزمایشی است. آزمودنی‌ها بطور تصادفی انتخاب، سپس در دو گروه آزمایش و کنترل قرار داده شدند. به گونه‌ای که شانس مساوی و مستقل جهت جایگزین شدن در هر کدام از گروه‌های مطالعه را داشتند. برنامه‌ریزی و اجرای مداخله "آموزش مهارت‌های اجتماعی" در مورد گروه آزمایش انجام گردید. جامعه آماری، دانشجویان دختر مجرد دوره کارشناسی و کارشناسی ارشد پیوسته (دکتری حرفه‌ای)، مستقر در خوابگاه‌های دانشجویی دانشگاه علوم پزشکی تهران بوده است.

نمونه و روش نمونه‌گیری گروه نمونه شامل، شصت نفر از جامعه آماری که، گروه سنی آنها بین ۲۵-۲۰ سال که از مدت اقامت آنها در خوابگاه یک سال گذشته باشد. انتخاب معیار ورود، به دلیل همگون سازی گروه‌ها و کنترل برخی متغیرهای مزاحم در پژوهش بوده است. ابتدا در کل جامعه هدف که در برگرفته دانشجویان مستقر در خوابگاه‌های دانشجویی دانشگاه علوم پزشکی تهران بود، پرسشنامه جمعیت شناختی توزیع گردید. از کل پرسشنامه‌های توزیع شده سیصد مورد تکمیل و بازگردانده شد. پس از بررسی، یک صد و سی و سه پرسشنامه

ایجاد تغییرات در انسان برای رسیدن به اهداف خود نیازمند داشتن مهارت‌های لازم به منظور حفظ سلامتی و تعادل ذهنی و روانی خود می‌باشد. آن دسته از مهارت‌ها که منجر به آمادگی فرد برای ارائه رفتار مناسب و مفید اجتماعی می‌گردد و گامی به سوی جامعه سالم^۱ می‌باشد مهارت‌های اجتماعی است.

بر اساس تعریف سازمان بهداشت جهانی، سلامتی دارای ابعاد جسمی، روانی و اجتماعی است. بعد اجتماعی سلامت به مفهوم ارتباط بین افراد، لذت بردن از جمع دوستان، آشنایان و برخورداری از شبکه‌های حمایتی می‌باشد. این بعد شامل سطوح مهارت‌های اجتماعی و توانایی شناخت هر شخص از خود به عنوان عضوی از جامعه بزرگتر است. یکی از استراتژی‌های ارتقای سلامت روان، آموزش است. افراد و اجتماعات کوچک در صورتی که آموزش ببینند می‌توانند سلامت روان خود و اجتماع خود را تأمین نمایند.

قشر جوان بویژه دانشجویان جوان که سالهای نخست تحصیل در دانشگاه را سپری می‌نمایند، همانند دیگر اقشار جامعه، با حفظ معیارها و ارزش‌های فرهنگی خود نیازمند تطبیق با شرایط محیط زیستی، اجتماعی خود می‌باشند. عده‌ای از جوانان پس از عبور از سد کنکور، از خانواده جدا شده و در محیط خوابگاهی به سر می‌برند. این شیوه زندگی و دلنگی‌های ناشی از دور ماندن از محبت‌های والدین و مشابه نبودن محیط خوابگاه با محل سکونت قبلی، تضادهای فردی و تعارضات فرهنگی همه می‌توانند سلامت روانی آنها را تحت تأثیر قرار بدهند. یا افزایش

^۱- دورکیم (۱۹۵۸) در بررسی خود به دو نوع جامعه اشاره می‌کند. به نظر دورکیم در جامعه سالم رفتارهای ناپهناجاری ناشی از عوامل زیستی روانی است و در جامعه بیمار ناشی از خود پرستی و یا بی‌هنجاری و نوع دیگر آن اعتراض علیه وضع موجود می‌باشد (آرون، ریمون، ۱۳۷۰)

با ویژگی‌های فرهنگی جوانان کشور و همچنین به منظور مناسب شدن آزمون مذکور برای افراد بزرگسال تغییراتی یافته است (زارع و نندپور، ۱۳۸۳). نمره‌گذاری سؤال‌ها بر اساس کلید تست انجام می‌شود. هر سؤال دارای دو پاسخ بلی و خیر است. سؤال‌هایی که پاسخ بلی دارند مطابق با کلید تست نمره یک و سؤال‌هایی که پاسخ خیر دارند نمره صفر می‌گیرند. به این ترتیب هر آزمودنی می‌تواند در خرده مقیاس‌ها حداکثر نمره پانزده و حداقل نمره صفر به دست آورد.

اعتبار و روایی آزمون

شافر (۱۹۳۹، نقل از خالق باقری، ۱۳۸۱) بیان می‌کند که برپایه مطالعات انجام شده، ضرایب اعتبار نمره‌های آزمون که در گروه‌های ۲۳۷ تا ۷۱۲ نفری با استفاده از دو نیمه‌سازی و فرمول تصحیح اسپیرمن - براون به دست آمده، برای مقیاس سازگاری فردی در دامنه ۰/۸۸ تا ۰/۹۰، برای مقیاس سازگاری اجتماعی در دامنه ۰/۸۶ تا ۰/۹۰ و برای کل آزمون ۰/۹۱ تا ۰/۹۳ بوده است. ضرایب اعتبار برای خرده مقیاس‌ها در دامنه ۰/۶ تا ۰/۷۸ قرار دارد. زارع و نندپور (۱۳۸۳) ضریب اعتبار را با استفاده از روش آلفای کرائیخ برای مقیاس سازگاری فردی ۰/۸۷، بدست آورده است. اعتبار این مقیاس در پژوهش حاضر از طریق ضریب بازآزمایی (همبستگی بین پیش تست و پس تست) و ضریب آلفای کرائیخ (ضریب همگونی درونی) برآورد شده است. ضریب اعتبار در این پژوهش برای مقیاس سازگاری فردی برابر با ۰/۸۲ بوده است. این ضریب با نتایج خجسته مهر (۱۳۷۳) و زارع و نندپور (۱۳۸۳) که برای مقیاس سازگاری فردی بدست آورده، همگون است.

روایی آزمون CPT بیشتر متکی به روایی محتوا و روش ساخت و تهیه آن است. با آنکه در دستورالعمل آزمون بحث روشن و واضحی از ضرایب روایی آزمون به میان نیامده، درباره سوال‌های آن شواهد بسیاری ارائه شده است که نشان دهنده ارتباط

شرایط ورود به پژوهش را داشتند. با توجه به اینکه حجم نمونه به نوع پژوهش (نیمه آزمایشی)، ماهیت جامعه و داده‌هایی که باید جمع آوری و تجزیه و تحلیل شود بستگی دارد، در این پژوهش شصت نفر در دو گروه در نظر گرفته شد. بعد از کدگذاری پرسشنامه‌ها تعداد شصت دانشجو برای گروه آزمایش و کنترل به صورت تصادفی انتخاب شد. بدین ترتیب سی آزمودنی در گروه آزمایش و سی آزمودنی دیگر در گروه کنترل قرار داده شدند.

ابزار اندازه‌گیری

در این پژوهش برای سنجش سازگاری اجتماعی قبل و بعد از مداخله از مقیاس سازگاری پرسشنامه شخصیتی کالیفرنیا^{۱۰} استفاده شده است. این پرسشنامه توسط کلارک در ۱۹۳۹ برای اندازه‌گیری سازگاری‌های مختلف زندگی ساخته و در ۱۹۵۳ مورد تجدید نظر قرار گرفت. آزمون حاضر سازگاری را در دو قطب فردی و اجتماعی اندازه‌گیری می‌کند و دارای ۱۸۰ سوال دوگزینه (بله و خیر) است. سازگاری فردی و اجتماعی هر یک به طور جداگانه دارای ۹۰ سوال و شش خرده مقیاس و هر خرده مقیاس دارای پانزده سوال است. در این پژوهش قطب سازگاری فردی مورد نظر بوده است. شش خرده مقیاس سازگاری فردی عبارت است از: اتکا به نفس^{۱۱}، درک ارزش‌های خویش^{۱۲}، آزادی فردی^{۱۳}، احساس وابستگی^{۱۴}، تمایلات واپس زده^{۱۵} و نشانه‌گان جسمی^{۱۶} (خالق باقری، ۱۳۸۱).

شایان ذکر است که مقیاس CPT به دلیل داشتن جنبه‌های فرهنگی پس از بررسی‌های مفصل توسط اساتید به منظور انطباق

^{۱۰}-California Personality Test (CPT)

^{۱۱}-Self Confidence

^{۱۲}-Perception of Self - Value

^{۱۳}-Personal Freedom

^{۱۴}-Sense of Dependence

^{۱۵}-Repressed Tendencies

^{۱۶}-Syndromes

تأثیر آموزش مهارت‌های اجتماعی بر سازگاری فردی دختران دانشجو

لیلی میروسی

فراوانی) استفاده شده است. برای برآورد ضرایب اعتبار پرسشنامه از فرمول کلی آلفای کراباخ که کلی‌ترین شکل فرمول ۲۰ کدور- ریچاردسون است، استفاده شده است. این روش ضمن آنکه مستلزم تنها یک بار اجرای ابزار سنجش است، ضریبی که به دست می‌دهد در واقع شاخص هماهنگی درونی یا همگونی یعنی میزان تداخل مجموعه پرسش‌ها از لحاظ سنجش یک سازه یا ویژگی مشخص است (هومن، ۱۳۸۰). برای پاسخ به فرضیه‌های این پژوهش و پی بردن به اثر مداخله در گروه آزمایش و کنترل از روش تحلیل کوواریانس و تحلیل واریانس دو عاملی و بنا به ضرورت و به منظور تأیید بیشتر یافته‌ها از آزمون t مستقل استفاده شده است.

شیوه اجرا و انجام مداخله

بعد از اجرای پیش‌آزمون و مشخص نمودن آزمودنی‌ها در دو گروه آزمایش و کنترل، گروه آزمایش تحت آموزش مهارت‌های اجتماعی قرار گرفتند. بدین صورت که برای گروه آزمایش به مدت هفت جلسه برنامه مهارت‌های اجتماعی برنامه ریزی و به مورد اجرا در آمد.

برنامه آموزشی بر سه محور مهارت‌های اجتماعی ابراز وجود، نفوذ اجتماعی، و تعامل در گروه تنظیم گردید. از مهم‌ترین فعالیت‌های دوره آموزش بحث گروهی، ایفای نقش، تصور قرار گرفتن در یک موقعیت خاص و بیان آن در گروه، طرح سؤال و ارائه مورد^{۱۹} بود. پایان هر جلسه را به خلاصه نمودن مطالب عنوان شده در جلسه اختصاص داده و از آزمودنی‌ها خواسته می‌شد نظرات، پیشنهادات و انتقادات خود را به صورت شفاهی یا کتبی مطرح نمایند تا جلسات آینده در حد امکان مد نظر قرار گیرد.

نتایج

آزمون با خصیصه مورد اندازه‌گیری است (بورو، ۱۹۶۰ نقل از آخوندی، ۱۳۷۶). زارع و ندپور (۱۳۸۳) روایی آزمون را در سازگاری فردی، از طریق همبستگی پرسش‌های ملاک بدست آورده و از لحاظ آماری معنی دار است.

طرح تحقیق^{۱۷}

طرح تحقیق پژوهش حاضر، از نوع پیش‌آزمون - پس‌آزمون^{۱۸} با گروه کنترل است که می‌توان آن را به شکل زیر نمایش داد:

آزمون	متغیر مستقل	پیش‌آزمون	گروه	انتخاب تصادفی
Y_0	X	Y_b	آزمایش	R
Y_1	-	Y_c	کنترل	R

روش جمع‌آوری داده‌ها

پس از توزیع تصادفی افراد در دو گروه آزمایش و کنترل، از هر دو گروه، پیش‌آزمون (اجرای آزمون CPT) به عمل آمد. سپس برنامه مداخله (برگزاری دوره آموزش مهارت‌های اجتماعی به مدت هفت جلسه)، در مورد گروه آزمایش به اجرا درآمد. سرانجام به گونه‌ای همزمان از هر دو گروه آزمایش و کنترل پس‌آزمون (اجرای آزمون CPT) گرفته شد. سپس بعد از گذشت دو ماه از پایان دوره آزمون CPT جهت انجام سنجش ماندگاری مداخله و پیگیری در رابطه با گروه آزمایش اجرا گردید.

روش تجزیه و تحلیل داده‌های پژوهش

برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش‌های زیر استفاده شده است.

برای تعیین مشخصه‌های آماری گروه‌ها از روش‌های متداول در آمار توصیفی (میانگین، میانه، نما، انحراف معیار، جداول

^{۱۷} - Research Design

^{۱۸} - Pre test - Post test

^{۱۹} - Case Illustration

جدول ۲- تاثیر آموزش مهارت‌های اجتماعی بر خرده

مقیاس های سازگاری فردی

خرده مقیاس	منبع پراش	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری
پیش تست	۱۲/۷۱۸	۱	۱۲/۷۱۸	۰/۰۴۴	۴/۲۵۸	۱۲/۷۱۸
انکابه نفس	گروه	۳۰/۲۸۵	۱	۳۰/۲۸۵	۱۰/۱۲۰	۰/۰۰۲
	خطا	۱۷۰/۲۲۸	۵۷	۲/۹۸۷		
	کل	۲۱۰/۹۸۳	۵۹			
دری	پیش تست	۱۸/۶۰۰	۱	۱۸/۶۰۰	۴/۹۳۳	۰/۰۳۰
ارزش‌های خویش	گروه	۱۱/۵۳۲	۱	۱۱/۵۳۲	۳/۰۵۸	۰/۰۸۶
	خطا	۲۱۴/۹۳۲	۵۷	۳/۷۷۱		
	کل	۲۵۰/۶۰۰	۵۹			
آزادی فردی	پیش تست	۲/۱۵۲	۱	۲/۱۵۲	۰/۲۷۸	۰/۲۹۲
	گروه	۲۷/۲۳۱	۱	۲۷/۲۳۱	۶/۰۸۳	۰/۰۱۷
	خطا	۲۵۷/۰۲۶	۵۷	۴/۵۱۰		
	کل	۲۸۸/۶۰۰	۵۹			
مقاس وابستگی	پیش تست	۷۶/۶۲۳	۱	۷۶/۶۲۳	۱۱/۷۸۵	۰/۰۰۱
	گروه	۳/۱۰۸	۱	۳/۱۰۸	۰/۲۷۸	۰/۲۹۲
	خطا	۳۷۰/۶۹۰	۵۷	۶/۵۰۳		
	کل	۴۵۱/۶۰۰	۵۹			
مقاس	پیش تست	۹/۲۸۷	۱	۹/۲۸۷	۱/۲۹۶	۰/۲۲۶
	گروه	۹/۳۲۹	۱	۹/۳۲۹	۱/۵۰۳	۰/۲۲۵
	خطا	۳۵۲/۷۸۰	۵۷	۶/۲۰۷		
	کل	۳۶۹/۷۳۳	۵۹			
نشانه جسمی	پیش تست	۱۹/۶۲۲	۱	۱۹/۶۲۲	۴/۹۲۶	۰/۰۳۰
	گروه	۰/۰۰۰	۱	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۹۹۲
	خطا	۲۲۶/۱۴۴	۵۷	۳/۹۶۷		
	کل	۲۴۶/۱۸۳	۵۹			

برای پاسخ به این پرسش که آیا آموزش مهارت‌های اجتماعی موجب افزایش سازگاری فردی و مؤلفه‌های آن می‌گردد، از مدل تحلیل کوواریانس استفاده و نتایج آن در جداول ۱ و ۲ نشان داده شده است.

جدول ۱- تاثیر آموزش مهارت‌های اجتماعی بر سازگاری

فردی و مولفه های آن

مقیاس سازگاری	منبع پراش	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری
پیش تست	۷۷۱/۹۱۷	۱	۷۷۱/۹۱۷	۱۱/۵۰۸	۰/۰۰۱	۱۱/۵۰۸
گروه	۳۶۰/۰۱۹	۱	۳۶۰/۰۱۹	۵/۳۶۷	۰/۰۲۴	۵/۳۶۷
	خطا	۳۸۲۳/۲۱۶	۵۷	۶۷/۰۷۴	-	-
	کل	۴۹۵۰/۴۰۰	۵۹	-	-	-

همانگونه که در جدول ۱ دیده می‌شود، در مقیاس سازگاری فردی مقدار F مربوط به پیش تست برابر با ۱۱/۵۰۸ و از لحاظ آماری در سطح کمتر از ۰/۰۵ معنادار است. بنابراین نمره پیش آزمون در سازگاری فردی، به روی نمره های پس آزمون تأثیر داشته و در این مدل تأثیر آن تعدیل یافته است. از این رو F مربوط به اثر گروه برابر با ۵/۳۶۷ و در سطح آماری کمتر از ۰/۰۵ نیز معنا دار است. بنابراین مداخله موجب افزایش نمره کل سازگاری فردی شده است.

تأثیر آموزش مهارت‌های اجتماعی بر سازگاری فردی دختران دانشجو

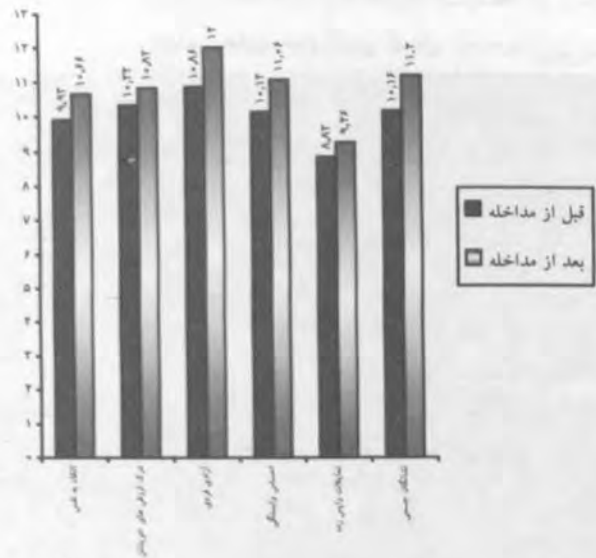
لیلی میروسی

آمده در سطح ۰/۰۵ معنادار نیست. بنابراین مداخله در میزان خرده مقیاس های فوریال الذکر تأثیر نداشته است. همانگونه که توضیح داده شد، بعد از گذشت دو ماه از پایان دوره آموزشی آزمون CPT جهت انجام سنجش ماندگاری مداخله و پیگیری درگروه آزمایش اجرا گردید. برای پاسخ به این سوال که آیا مداخله پس از دو ماه در مقیاس و خرده مقیاس های سازگاری فردی ماندگار بوده است، از t وابسته استفاده شده است.

جدول ۳ - سنجش تداوم و ماندگاری تاثیر مداخله بر مقیاس های سازگاری فردی پس از پیگیری

مقیاس ها	میانگین		انحراف استاندارد		درجه آزادی	سطح معناداری
	پس از آزمون	دو ماه بعد از آزمون	پس از آزمون	دو ماه بعد از آزمون		
اتکاء به نفس	۱۰/۶۶	۱۰/۱۰	۱/۲۲	۱/۲۲	۲۹	۰/۲۲۵
آزادی فردی	۱۱/۷۶	۱۱/۷۲	۱/۸۶	۱/۷۲	۲۹	۰/۰۳۲
سازگاری فردی	۶۵/۰۳	۶۲/۳۶	۵/۱۸	۵/۳۰	۲۹	۰/۰۲۵

جدول ۳ مبین آن است که، در خرده مقیاس اتکاء به نفس t بدست آمده از لحاظ آماری معنادار نیست. بنابراین مداخله تداوم داشته است و می توان نتیجه گرفت که اثرات مداخله تا دو ماه پس از اجرا ماندگار بوده و کاهش نیافته است. در خرده مقیاس آزادی فردی t بدست آمده از لحاظ آماری معنادار است. با ملاحظه میانگین های پس آزمون و پیگیری می توان نتیجه گرفت که مداخله در خرده مقیاس آزادی فردی تداوم نداشته است. در کل مقیاس سازگاری فردی t حاصل از لحاظ آماری معنادار است. بنابراین در این مقیاس مداخله با گذشت دو ماه تأثیر خود را از دست داده است. با ملاحظه میانگین های پس آزمون و



نمودار ۱ - توزیع نمرات میانگین خرده مقیاس های سازگاری فردی قبل و بعد از مداخله

همانگونه که در جدول ۲ دیده می شود، در خرده مقیاس اتکاء به نفس مقدار F مربوط به پیش تست از لحاظ آماری در سطح کمتر از ۰/۰۵ معنادار است. بنابراین پیش آزمون به روی نمره های پس آزمون تأثیر داشته و در این مدل تأثیر آن کم شده است. از این رو F مربوط به اثر گروه در سطح آماری کمتر از ۰/۰۵ نیز معنادار است. بنابراین، مداخله موجب افزایش میزان اتکاء به نفس شده است. در خرده مقیاس آزادی فردی مقدار F مربوط به پیش آزمون از لحاظ آماری در سطح کمتر از ۰/۰۵ معنادار نیست. بنابراین، پیش آزمون به روی نمره های پس آزمون تأثیر نداشته، از این رو F مربوط به اثر در سطح آماری کمتر از ۰/۰۵ معنادار است. بنابراین، مداخله موجب افزایش میزان آزادی فردی شده است.

در خرده مقیاس های درک ارزش های خویشتن، احساس وابستگی، تمایلات واپس زده، نشانگان جسمی، با توجه به کاهش تأثیر پیش آزمون به روی نمره های پس آزمون، F بدست

نشریه مددکاری اجتماعی

پا به این دنیای جدید می‌گذارند. قبول نقش‌های حساس اجتماعی و تکامل شخصیت، تحت تأثیر عواملی همچون دوری از خانواده و شرایط خاص خوابگاه و کافی نبودن امکانات رفاهی - اقتصادی و شرایط خاص تحصیلی مثل عدم علاقه به رشته خود، محتوای درس، رقابت فشرده دوران دانشجویی، محیط آموزش، نگرانی ناشی از یافتن شغل بعد از اتمام تحصیل و سرانجام مسایلی نظیر ادامه تحصیل و انتخاب همسر، از جمله شرایطی است که غالباً با فشار و نگرانی توأم بوده و عملکرد و بازدهی دانشجویان را تحت تأثیر قرار می‌دهد. مهمترین بازتاب این روند شیوع مشکلاتی مانند افسردگی، اضطراب و ناسازگاری است (اعجاز، ۱۳۸۲).

در پژوهشی که توسط فلاحی خشک‌تاب (۱۳۸۱) تحت عنوان "زندگی در خوابگاه و عوارض روانی اجتماعی آن بر دانشجویان و خانواده‌های آنها" انجام گردیده است میزان افسردگی در دختران خوابگاهی ۳۰/۲ درصد و پسران خوابگاهی ۲۴/۸ درصد بود. نتایج حاصل نشان داده افسردگی در دانشجویان سال اول و دوم به مراتب بیشتر از دانشجویان سال‌های بالاتر است.

یافته‌های این پژوهش تأثیر آموزش مهارت‌های اجتماعی را بر افزایش سازگاری فردی و عمده مؤلفه‌های تشکیل دهنده آن، در دانشجویان دختر به اثبات رسانید. به نظر می‌رسد آنچه که دختر جوان دانشجویی آماده رویا رونی با مسائل و مشکلات و در نهایت معضلات فردی و اجتماعی می‌نماید، کسب مهارت‌های ضروری زندگی، مهارت‌های اجتماعی و تقویت شبکه‌های حمایتی است، تا او را در جهت شناخت خود، ثبات شخصیت، سازگاری، رشد و شکوفایی سوق بدهد. به سخنی دیگر، براساس نظریه سالیوان شناخت انسان از سه عنصر اساسی بویایی‌ها، تصویر ذهنی و فرایندهای شناختی که شخصیت او را می‌سازد و سپس سازگار شدن به مفهومی که باتر اظهار می‌دارد "هر روز در فکر آن هستیم که خود دگرگون شده و دگرگون

پیگیری می‌توان نتیجه گرفت که مداخله در مقیاس سازگاری فردی تداوم نداشته است.

برای پاسخ به این سوال که آیا مدت اقامت دانشجویان در خوابگاه و آموزش مهارت‌های اجتماعی بر سازگاری فردی آنها تأثیر مثبت می‌گذارد، از روش تحلیل واریانس دو عاملی استفاده شده است، زیرا که مدت اقامت دانشجویان به عنوان متغیر تعدیل شده به سه گروه یک تا دو سال، دو تا چهار سال و بیش از چهار سال تقسیم شده است. بنابراین، در این روش متغیر نخست (مستقل) گروه‌های آزمایش و کنترل، متغیر تعدیل کننده مدت اقامت در خوابگاه و متغیر وابسته سازگاری در مقیاس فردی و اجتماعی بوده است.

جدول ۴- تأثیر آموزش مهارت‌های اجتماعی بر سازگاری

فردی بر حسب مدت اقامت در خوابگاه

مقیاس	منع پرارش	مجموع	درجه	میانگین	F	سطح معناداری
سازگاری گروه	۲۵۶/۷۲۴	۱	۲۵۶/۷۲۴	۵/۶۲۰	۰/۰۰۲۱	
فردی خوابگاه	۵۰/۰۷۱	۲	۲۵/۰۳۶	۰/۳۰۸	۰/۰۳۶	
تکاملی	۱۶۰/۵۸۹	۲	۸۰/۲۹۵	۰/۹۸۸	۰/۳۶۹	
حفظ	۲۳۸۸/۴۴۳	۵۴	۸۱/۲۶۷	-	-	
کل	۲۹۵۰/۴۰۰	۵۹	-	-	-	

F مربوط به اقامت در خوابگاه و اثر تعامل کل مقیاس سازگاری فردی از لحاظ آماری معنادار نیست. از این رو، طول مدت اقامت در افزایش سازگاری فردی ناشی از آموزش مهارت‌های اجتماعی نقش ندارد.

بحث و نتیجه گیری

ورود به دانشگاه مقطعی بسیار حساس در زندگی جوانان است. دانشگاه به عنوان یک محیط جدید کانون ارتباط و محل تلاقی نگرش‌های متفاوت است. دانشجویان افرادی هستند که از محیط اجتماعی - فرهنگی و ... که گاه مشابه و گاه بسیار متفاوت است

مدت اقامت دانشجویان در خوابگاه، سازگاری آنها هم افزایش می‌یابد. از این رو سطح سازگاری در دانشجویان سال دوم به بالا نسبت به دانشجویان سال اول بیشتر است. اریک جی (۱۹۹۹)، آلن (۱۹۹۹)، ایبی و تالبوت (۱۹۹۸) به این نتیجه دست یافتند که، دانشجویان در بدو ورود به محیط‌ها و خوابگاه‌های دانشجویی، به دلیل دوری از شهر، خانواده، وجود تضاد فرهنگی- اجتماعی، تفاوت در علائق فردی - اجتماعی و دور بودن از حمایت خانواده با مشکلات سازگاری مواجه گردیده، که با آموزش مهارت‌های فردی و اجتماعی، مشکلات کاهش یافته و سازگاری دانشجویان به سوی محیط جدید سوق داده شده است. رحمانی (۱۳۵۵)، نقل از جوان شیخی، (۱۳۸۰) در پژوهش خود چنین مطرح می‌نماید، هرچه سال‌های تحصیلی و اقامت در خوابگاه و در نتیجه تجارب علمی و اجتماعی دانشجویان بیشتر شود میزان سازگاری آنها با محیط و دیگر دانشجویان بیشتر شده و کمبود عاطفی را کمتر احساس می‌کنند.

بعد از گذشت دو ماه از پایان دوره آموزش، آزمون CPT جهت انجام سنجش ماندگاری مداخله و پیگیری در گروه آزمایش اجرا گردید. نتایج بدست آمده، در مقیاس سازگاری فردی و خرده مقیاس‌هایی که در پس آزمون از لحاظ آماری معنادار بودند نشان دهنده آن است که، در مقیاس سازگاری فردی و خرده مقیاس‌های آن (اتکاء به نفس و آزادی فردی) تأثیر مداخله با گذشت دو ماه در خرده مقیاس اتکاء به نفس دوام داشته، اما در خرده مقیاس آزادی فردی و مقیاس سازگاری فردی کاهش و عدم تداوم مداخله را نشان می‌دهد.

در خرده مقیاس اتکاء به نفس، تأثیر روش مداخله ماندگار و کاهش نیافته است در این خرده مقیاس آزمودنی فقط آنچه را که خود انجام داده پاسخگو است. در واقع به نظر می‌رسد، ارزش‌ها و اصولی را که در وجودش نهادینه شده، در پاسخهای

نشده را با محیط دگرگون شده و دگرگون نشده سازگار کنیم* و در نهایت به گونه‌ای که به خود شکوفایی (راجرز) منتهی گردد. بدین ترتیب شاید بتوان سازگاری را پلی بین شناخت و ثبات شخصیت با رشد و شکوفایی انسان دانست.

مطابق یافته‌های بدست آمده، آموزش مهارت‌های اجتماعی موجب افزایش سازگاری فردی و مؤلفه‌های آن (اتکاء به نفس، درک ارزش‌های خویش، آزادی فردی، احساس وابستگی، تمایلات واپس زده و نشانه‌گان جسمی) گردیده است. از این رو، مداخله موجب افزایش سازگاری فردی در گروه آزمایش شده است. یافته‌ها مبین همخوانی آن با نتایج حاصل از سایر پژوهش‌ها می‌باشد. هانم (۲۰۰۴) وابستگی به والدین را در افزایش سازگاری فردی مؤثر دانسته است. همچنین لنینگر (۱۹۹۱)، نقل از یزدی، بنی اسدی (۱۳۸۵) معتقد بود، مهارت‌های فردی و اجتماعی باعث افزایش خویش‌نگری جوانان گردیده است. تقی زاده هرروی (۱۳۸۲) به این نکته دست یافته است که ۸۹٪ جوانان، کسب مهارت‌های فردی و اجتماعی را به عنوان واکنش‌های سودمند، و ابزارهایی برای جستجوی حمایت عاطفی و سازگاری فردی اعلام نموده‌اند (نقل از یزدی، بنی اسدی ۱۳۸۵).

یافته‌های پژوهش مبین آن است که، طول مدت اقامت در خوابگاه آموزشی و تأثیر آن بر سازگاری اجتماعی ناشی از آموزش مهارت‌های اجتماعی تأثیر نداشته است. نتیجه کسب شده با سایر پژوهش‌ها که مؤید تأثیر مدت اقامت می‌باشد همخوانی ندارد. به نظر می‌رسد تعیین معیار انتخاب آزمودنی‌ها به میزان بیش از یک سال اقامت علت عدم تأثیر مداخله در این پژوهش بوده است. لذا براساس مطالعات ارائه شده توسط دیگر پژوهشگران، آموزش مهارت‌های اجتماعی به منظور افزایش سازگاری در بدو ورود دانشجویان به دانشگاه مؤثر است. اما همزمان با افزایش

تغییرات محیط قرار می‌گیرد. هنوز آموخته‌های خود را در محک آزمایش قرار نداده است که بداند کدام را انتخاب نماید. از آنجا که خانواده دختران را بیشتر مورد توجه و حمایت قرار می‌دهند در آنان وابستگی و کمک خواهی تشویق می‌شود. به نظر می‌رسد، حمایت بیشتر از دختران، موجب می‌گردد در مواقعی عملکرد خود را پایین‌تر از آنچه است ارزیابی نمایند. حمایت‌های که شاید موجب آن گردد که او چگونه مقاومت و اعتراض نمودن در برابر ناملایمات اجتماعی را دیرتر بیاموزد. تصور می‌شود در برابر مشکلات و موانع قرار گرفتن است که فرد آموخته‌ها را می‌آزماید و توانمندی‌های خود را محک زده و تجربه‌ای جدید کسب می‌نماید. در واقع دختران جوان در یک تعارض بزرگ و جدی قرار دارند. از طرفی می‌خواهند مسئول و مستقل باشند و از طرف دیگر سال‌ها یاد گرفته‌اند که از حمایت خانواده برخوردار باشند.

اگرچه حمایت خانواده جزء یکی از منابع حمایتی است که موجب می‌شود جوان احساس مراقبت، دوست داشته شدن، ارزشمندی و احساس تعلق کند، اما بهتر است به گونه‌ای باشد که احساس مسئولیت‌پذیری، استقلال و قدرت تصمیم‌گیری در او تقویت گردد.

او متجلی گشته است. به تصویری که دیگران از او دارند توجه نشده، نقش خانواده، دوستان و محیط زندگی کم رنگ بوده، و در نتیجه کاهشی مشاهده نگردیده است. در سوالات خرده مقیاس آزادی فردی، از آزمودنی خواسته شده در باره بایدها و نبایدها، تصویر خود از نگاه دیگران و خود پنداره‌ای که برایش وجود دارد، پاسخگو باشد. با مقایسه نمره‌های پیش آزمون و پس آزمون در این خرده مقیاس و افزایش آن در پس آزمون که نشانگر تأثیر روش مداخله است. سپس مقایسه نمره‌های پس‌آزمون با پیگیری، کاهش روش مداخله را با گذشت دو ماه نشان داده است، و تأثیر متغیرهای اثرگذار بر زندگی فردی، اجتماعی و فرهنگی آزمودنی ملموس است. البته زمانی می‌توان از تأثیر مداخله صحبت نمود که تغییر نگرش در آزمودنی بوجود آمده و آموخته‌ها را در وجودش درونی ساخته باشد. بستر تغییر در افکار، عقاید و رفتار او فراهم گردد. حال این تغییرات چگونه امکان پذیر می‌گردد؟ وقتیکه عواملی از جمله عوامل فردی، خانوادگی، اجتماعی، مذهبی و اخلاقی را بر سازگاری فردی - اجتماعی آزمودنی‌ها مؤثر دانسته، دور از انتظار است که بدون آماده نمودن بستر تغییرات (هر چند جزئی) در چهار متغیر ذکر شده، در فاصله زمانی کوتاه تغییر نگرش آزمودنی را در ارزش‌های فردی او خواستار شد. آزمودنی جوانی که هنوز ثبات شخصیت در او بوجود نیامده است، خیلی زود منابع و تحت تأثیر

پرتال جامع علوم انسانی و مطالعات فرهنگی

تأثیر آموزش مهارت‌های اجتماعی بر سازگاری فردی دختران دانشجو

لیلی میروسی

منابع:

- ۱- آرون، ریمون. (۱۳۷۰). "مراحل اساسی اندیشه در جامعه‌شناسی" (ترجمه باقر پرهام). تهران: انتشارات سعید نو. چاپ دوم ۱۳۷۰.
- ۲- آخوندی، احمد. (۱۳۷۶). "بررسی رابطه حمایت اجتماعی ادراک شده با سازگاری اجتماعی دانش آموزان شهر تهران". پایان نامه کارشناسی ارشد، روانشناس عمومی دانشگاه تربیت مدرس.
- ۳- اعجاز، هاله و رویان، رویا. "بررسی اثر بخشی روش شناخت درمانی بر افسردگی دانشجویان دختر در خوابگاه های دانشجویی دانشگاه علوم پزشکی ارومیه در سال تحصیلی ۸۲-۸۳" فصلنامه شناخت، سال دوم، شماره ۷۰۶، ۱۳۸۲. تهران: دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی کردستان.
- ۴- جوان شیخی، تهمنه. (۱۳۸۰). "بررسی رابطه وضعیت فرهنگی- اجتماعی خانواده با میزان سازگاری اجتماعی دانشجویان خوابگاهی". پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه الزهرا.
- ۵- خالق باقری، رضیه. (۱۳۸۱). "بررسی رابطه بین طرح واره های جنسی و سازگاری اجتماعی جوانان". پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه الزهرا.
- ۶- زارع و نندپور، آرش. (۱۳۸۳). "بررسی ارتباط میان سازگاری فردی- اجتماعی و خرده مقیاس های آن بامیزان مشارکت معلولین جسمی- حرکتی عضو جامعه معلولین شهرستان اهواز". پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی.
- ۷- فلاحی خشکناز. (اسفند ۱۳۸۱). "زندگی در خوابگاه و عوارض روانی اجتماعی آن بر دانشجویان و خانواده های آنها". خلاصه مقالات همایش بهداشت روانی دانشجویان و مسائل خوابگاهی. تهران: دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی.
- ۸- یزدی، سیده منور و بنی اسدی، علی. (۱۳۸۵). "بررسی تأثیر آموزش مهارت های فردی و اجتماعی بر کیفیت نگرش دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد سمنان نسبت به زندگی حال و آینده". مجموعه مقالات سومین سمینار سراسری بهداشت روانی. تهران: وزارت علوم و تحقیقات و فن آوری، دفتر مشاوره دانشگاه علم و صنعت.
- ۹- هومن، حیدر علی. (۱۳۸۰). "تحلیل داده های چند متغیری در پژوهش رفتاری". تهران: نشر پارسا.

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
پرتال جامع علوم انسانی

- ۱- Abe, Jin. Talbot, Donna. (۱۹۹۸). "Effects of a peer program on international students adjustment". Journal of college student development. <http://www.findarticles.com>
- ۲- Allen, Ben. P. (۱۹۹۰). "Personal adjustment". Peacock Publishing Company
- ۳- Eric, J. lane. Timothy, k. Daugherty. (۱۹۹۹). "correlates of social alienation among college students". Journal of college student. <http://www.findarticles.com>
- ۴- Hannum, James, w. (۲۰۰۴) "Effects of family conflict, divorce, and attachment patterns on the psychological distress and social adjustment of college freshman" Journal of college student. <http://www.furl.net/search>



شپوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
رتال جامع علوم انسانی