

## بهبود بخشی مهارت‌های اجتماعی دانش آموزان با ناتوانی‌های یادگیری غیرکلامی

ترجمه و تألیف: دکتر قربان همتی علمدارلو / استادیار بخش کودکان استثنایی دانشگاه شیراز

### چکیده:

پژوهش‌ها، نشان می‌دهند که حدود یک سوم دانش آموزان با ناتوانی‌های یادگیری (که در حال حاضر بزرگترین گروه دانش آموزان با ناتوانی‌ها را تشکیل می‌دهند)، ناتوانی‌های غیرکلامی یا اجتماعی دارند. دانش آموزان با ناتوانی‌های یادگیری غیرکلامی نه تنها با چالش‌های تحصیلی مواجه هستند، بلکه در برآوردن انتظارات اجتماعی و بسیاری از خواسته‌های زندگی نیز مشکل دارند. در واقع مشکلات مهارت‌های اجتماعی و برقراری تعاملات بین فردی از ویژگی‌های اصلی کودکان با ناتوانی‌های یادگیری غیرکلامی است. مقاله حاضر مشکلات کودکان با ناتوانی‌های یادگیری غیرکلامی در دوست‌یابی و حفظ دوستی را به ویژه در محیط مدرسه مورد بحث قرار می‌دهد. همچنین این مقاله راهبردها و مداخله‌های عملی از قبیل شروع گفتگو یا بازی با همکلاسی‌ها، کار کردن با گروه، نشان دادن همدلی، حل تعارض‌ها و مدیریت ناکامی برای نارسایی‌های مهارت‌های اجتماعی که این دانش‌آموزان با آنها مواجه هستند، ارائه می‌دهد.

**واژه‌های کلیدی:** مهارت‌های اجتماعی، دانش آموزان، ناتوانی‌های یادگیری غیرکلامی

### مقدمه

تعامل داشته باشند (پلامبو، ۱۹۹۴). در واقع با وجود این که دوستی<sup>۴</sup> (که شامل مجموعه‌ای از تعاملات اجتماعی پیچیده است) بخش طبیعی و ضروری زندگی انسانی است اما کودکان با ناتوانی‌های یادگیری غیرکلامی فاقد بسیاری از مهارت‌ها و قابلیت‌های<sup>۵</sup> ضروری برای دوست‌یابی و حفظ دوستی (از قبیل درک اجتماعی، ارتباطات بین فردی مثل زبان غیرکلامی و رفتارهای خودتنظیمی<sup>۶</sup>) هستند (دی جورج، ۱۹۹۸). به ویژه این دانش آموزان در شروع رفتارهای بین فردی گوناگون از قبیل معرفی خود برای مشارکت در بحث و گفتگو، کار یا بازی مشکل دارند. همچنین در پیشنهاد کمک به دیگران و عذرخواهی کردن نیز دارای مشکل هستند. افزون بر این، آنها نسبت به احساسات دیگران بی‌توجه بوده، همدلی بسیار کمی نشان می‌دهند، نمی‌توانند با دیگران همکاری کنند و رفتارهای معمولی مورد انتظار مدرسه از قبیل گوش کردن، پیروی

معمولاً مشکلات مهارت‌های اجتماعی در کودکان با ناتوانی‌های یادگیری غیرکلامی<sup>۱</sup> به صورت عدم توانایی در دوست‌یابی و حفظ دوستی، رفتارهای اجتماعی نامطلوب، عدم رعایت فاصله بین فردی، عدم توانایی رعایت نوبت در گفتگو، عدم توانایی در پردازش و تفسیر سرنخ‌های دیداری و ... بروز می‌یابد (مامن، ۲۰۰۷). در واقع کودکانی که ناتوانی‌های یادگیری و رفتاری دارند، همانند همسالان عادی‌شان قادر به دوست‌یابی و حفظ دوستی نیستند (الکسین و الکسین، ۱۹۹۸).

شایان ذکر است که کودکان با اختلالاتی از قبیل ناتوانی‌های یادگیری غیرکلامی، درخودماندگی<sup>۲</sup> و نشانگان آسپرگر<sup>۳</sup>، به برقراری تعاملات اجتماعی علاقه‌مند هستند، از تعاملات اجتماعی لذت می‌برند و می‌خواهند که به گرمی و به شیوه مناسب با همسالان و اطرفیان خود

4.friendship  
5.comptencies  
6.self- regulatory

1. Nonverbal Learning Disabilities  
2.autism  
3.asperger syndrome

(۱۹۹۹) بیان می‌کند: معمولاً فضای مدارس پیچیده بوده، همواره تغییر می‌کند و اغلب غیر قابل پیش‌بینی است. در چنین فضایی دانش‌آموزان باید با محرک‌های گوناگون، انتظارات رفتاری مختلف، تعاملات اجتماعی پیچیده و تکالیف تحصیلی متنوعی که هر روز به آنها ارائه می‌شود، کنار آیند. در واقع انتظار می‌رود که آنها چگونگی رفتار مناسب در موقعیت‌های گوناگون را بدانند. شرایط مذکور می‌تواند برای هر دانش‌آموزی چالش ایجاد کند، به ویژه این چالش‌ها می‌توانند کودک با ناتوانی‌های یادگیری غیر کلامی را به شدت دچار مشکل نموده و برای آنها غیر قابل حل به نظر آیند. با توجه به این شرایط، در صورتی که همه کارکنان مدرسه ویژگی‌های رفتاری عصبی<sup>۳</sup> ویژه دانش‌آموزان با ناتوانی‌های یادگیری غیر کلامی را نشانند و به دنبال راهبردهای مداخله مناسب برای این دانش‌آموزان نگردند، این دانش‌آموزان محکوم به شکست در مدرسه هستند.

دانش‌آموزان با ناتوانی‌های یادگیری غیر کلامی در بیان نیازهای خود و چگونگی برآورده کردن آنها مشکل دارند. بدین صورت که اغلب در بیان نیازهای خود دچار سردرگمی شده و در برآوردن نیازهایشان ناکام می‌شوند و به همین دلیل اغلب رفتارهای پرخاشگرانه بروز می‌دهند

شایان ذکر است که مشکلات اجتماعی دانش‌آموز، عزت نفس، رضایت شخصی، رشد و نگرش مثبت او نسبت به یادگیری را به طور منفی تحت تأثیر قرار می‌دهد. همچنین این کودکان اغلب توسط معلمان و همسالانشان مورد غفلت واقع شده و دچار انزوا و گوشه‌گیری می‌شوند و معمولاً دریافت محبت کم و احساس ناایمنی، طرد و عدم تأیید آنها را مستعد بروز رفتار اخلاص‌گرانه و شکست تحصیلی می‌سازد (دی جورج، ۱۹۹۸).

از دستورات و رعایت نوبت را بسیار کم رعایت می‌کنند. همچنین دانش‌آموزان با ناتوانی‌های یادگیری غیر کلامی در بیان نیازهای خود و چگونگی برآورده کردن آنها مشکل دارند. بدین صورت که اغلب در بیان نیازهای خود دچار سردرگمی شده و در برآوردن نیازهایشان ناکام می‌شوند و به همین دلیل اغلب رفتارهای پرخاشگرانه بروز می‌دهند (آلساپ و همکاران، ۲۰۰۰؛ الکسین و الکسین، ۱۹۹۸).

### مشکلات مهارت اجتماعی و اثرات آن بر یادگیری و عملکرد دانش‌آموزان در کلاس درس

مدرسه هم محیطی تحصیلی و هم اجتماعی است و مستلزم انطباق موفقیت‌آمیز دانش‌آموز در هر دو بعد تحصیلی و اجتماعی است. با وجود این، کودکان و نوجوانان با ناتوانی‌های اجتماعی در سازگاری و انطباق با رفتارهای گروهی در مدرسه مشکل دارند که این ناتوانی‌ها بر سازگاری با مدرسه و یادگیری و پیشرفت این دانش‌آموزان تأثیر منفی دارند. در واقع این کودکان اغلب اضطراب مفرط دارند، ناکامی زیادی را تجربه می‌کنند، عزت نفس پایینی را نشان می‌دهند، از همسالانشان کناره‌گیری می‌کنند و به طور کلی انزوای اجتماعی متوسط تا شدید را تجربه می‌نمایند (پالومبو، ۱۹۹۴). کاملاً آشکار است که این نارسایی‌ها، موفقیت تحصیلی و اجتماعی در مدرسه را با مشکل مواجه می‌سازند، احساس خود ارزشمندی<sup>۱</sup> را کاهش می‌دهند و خودپنداره<sup>۲</sup> را ضعیف می‌کنند. به طور کلی، این دانش‌آموزان در مواجهه با چالش‌های تحصیلی در کلاس به آسانی و بسیار سریع ناامید و دل‌سرد می‌شوند. افزون بر این تاب‌آوری‌شان کمتر شده و حواس‌پرت‌تر می‌شوند و از انجام تکالیف و وظایف محوله دست می‌کشند. در همین راستا، تامسون

1.self-worth  
2.self-concept

## پیشینه پژوهش‌ها در مورد ناتوانی‌های یادگیری غیر کلامی چه می‌گویند؟

مبنای عصب شناختی<sup>۱</sup>

پژوهشگران و محققان به مشکلات دانش آموزان با ناتوانی‌های یادگیری غیر کلامی که همواره در مهارت‌های اجتماعی دچار نارسایی هستند، توجه ویژه‌ای دارند. در واقع، در سال ۱۹۸۱ انجمن ناتوانی‌های یادگیری بیان کرد که مشکلات کسب و کاربرد مهارت‌های اجتماعی یکی از اختلالاتی است که افراد با ناتوانی‌های یادگیری آن را تجربه می‌کنند. به همین دلیل، گنجاندن آن در تعریف ملی ناتوانی‌های یادگیری را پیشنهاد کرد. این کار نقطه شروع در نظر گرفتن ناتوانی‌های اجتماعی به عنوان عامل تمایز دانش آموزان با ناتوانی‌های یادگیری از سایر انواع مشکلات یادگیری شد (ویگن<sup>۲</sup> و همکاران، ۱۹۹۳). به طور کلی، اعتقاد بر این است که ناتوانی‌های یادگیری غیر کلامی نوعی اختلال دارای مبنای عصب شناختی است و اختلال نیز در نیمکره راست مغز قرار دارد. این اختلال منجر به نارسایی‌های عصب شناختی گوناگون می‌شود که عمده‌ترین آنها عبارتند از:

- مشکل در درک لامسه‌ای<sup>۳</sup> و دیداری - فضایی<sup>۴</sup>
- فقدان هماهنگی روانی حرکتی
- ناتوانی در دریافت و خواندن سرنخ‌های اجتماعی محیطی یا غیر کلامی (یعنی زبان بدنی<sup>۵</sup>، حالات چهره<sup>۶</sup>، صورت فرد، لمس و تَن صدا) به طور خلاصه، افراد با ناتوانی‌های یادگیری غیر کلامی در پردازش اطلاعات مربوط به ارتباط غیر کلامی و انتقال و تفسیر هیجانات مشکل دارند، به همین دلیل نمی‌توانند از سرنخ‌های اجتماعی ضروری که افراد را توانمند می‌سازند تا بسیاری از تعاملات اجتماعی را به طور مؤثر مدیریت کنند، سود ببرند. این افراد اغلب در مهارت‌های بین فردی نارسایی دارند و به طور کلی فاقد ابزارهای اجتماعی ضروری برای این نوع تعاملات هستند. در نتیجه، این دانش آموزان در بسیاری از موقعیت‌های اجتماعی زندگی (هم در درون محیط مدرسه و هم در بیرون از محیط مدرسه) با چالش‌های زیادی مواجه هستند (هارنادک و رورکی، ۱۹۹۴). در واقع، دانش آموزان با نارسایی‌های مهارت‌های اجتماعی، انواعی از رفتارهای نامطلوب را بروز می‌دهند که آنها را هم در موقعیت‌های تحصیلی و هم در موقعیت‌های غیر تحصیلی ناتوان می‌سازد (الکسین و الکسین، ۱۹۹۸).

## پیامدهای اجتماعی

برای دانش آموزان با ناتوانی‌های یادگیری که فاقد قابلیت اجتماعی هستند (ویگن و هگر، ۱۹۹۴) نیز، برقراری و حفظ رابطه با همسالان، خانواده، معلم و سایر بزرگسالان بسیار مهم و ضروری است. افراد فاقد قابلیت اجتماعی در سازگاری با موقعیت‌های جدید مشکل دارند و اغلب رفتارهای ناسازگارانه (یعنی، عزت نفس پایین، اضطراب، بی‌توجهی و اخلاص گری) بروز می‌دهند. همچنین، این دانش آموزان در درک اجتماعی ضعیف هستند و فاقد قضاوت و همدلی در مدرسه هستند (لرنر، ۲۰۰۰). افراد با ناتوانی‌های یادگیری در محیط‌های اجتماعی الگوهای رفتاری را که از نظر اجتماعی غیر قابل قبول هستند بروز می‌دهند. این رفتارها از طریق آسیب بر یادگیری و تبادلات اجتماعی موفق منجر به مشکلاتی در مدرسه می‌شود و سرانجام پذیرش آنها توسط همسالان را تحت تأثیر قرار داده و دچار مشکل می‌کند. در کل، افراد از طریق تعاملات موفق و رضایت بخش با همسالان قابلیت اجتماعی کسب می‌کنند و قابلیت خود را بهبود می‌بخشند. بنابراین جایگاه فرد در بین همسالان، مهارتی است که باید برای این دانش آموزان مورد ملاحظه قرار گیرد و راهبردهای مداخله‌ای لازم در این زمینه تدوین گردد (آلساپ و همکاران، ۲۰۰۰؛ استونی و لاگریکا، ۱۹۹۰). با وجود این که ناتوانی اجتماعی یا غیر کلامی دانش آموزان کاملاً از مشکلات یادگیری یا تحصیلی شان مجزا و متمایز است اما برآوردها حاکی از آن است که بیشتر از یک سوم دانش آموزان با ناتوانی‌های یادگیری در مهارت‌های اجتماعی مشکل دارند (لرنر، ۲۰۰۰).

1. neurological basis
2. Vaughn
3. tactile
4. visual -spatial
5. body language
6. facial expressions

## راهبردهای پیشنهادی

مشکل، مرور مهارت‌های اجتماعی گوناگون و تقویت مثبت، می‌توان مهارت‌های اجتماعی را به صورت مستقیم یا غیرمستقیم (یادگیری جانشینی) برای دانش‌آموزان با ناتوانی‌های یادگیری غیرکلامی الگوسازی کرد. در زیر هر یک از راهبردهای مذکور به‌طور خلاصه ارائه شده است:

**توجه کردن به کودکان:** یکی از اقدامات اساسی برای آموزش مهارت‌های اجتماعی، اولویت‌بندی و الگوسازی مهارت‌های اجتماع پسند<sup>۳</sup> و خودگویی مثبت است. در واقع برخی از کودکان، مهارت‌های مذکور را دارا می‌باشند اما برخی از آنها، فاقد چنین مهارت‌هایی هستند و به همین دلیل با چالش‌های اساسی مواجه می‌شوند. ما می‌توانیم مهارت‌های اجتماعی را به شیوه‌های گوناگون الگوسازی کنیم. اگر مهارت‌ها به‌طور هماهنگ و مستمر تمرین شوند، اثر پایداری خواهند داشت. بردن نام همه کودکان در کلاس درس (دست کم یک‌بار در روز) نوعی روش ساده برای شروع اجتماعی کردن کودکان است. افزون بر این، توجه کردن و تعریف و تمجید کودکانی که همسالان‌شان به آنها بی‌توجهی می‌کنند یا به خاطر رفتار مشکل‌آفرین و اخلاص‌گری‌شان معروف هستند، می‌تواند منجر به توجه کردن و علاقه‌مندی دیگران به این کودکان شود.

**فراهم‌سازی آموزش گروهی:** یکی دیگر از روش‌های آموزش مهارت‌های اجتماعی الگوسازی مهارت‌ها به صورت گروهی است. بدین منظور می‌توان برای کل کلاس یا گروهی از اعضای کلاس مشکلی را طرح کرد، سپس مشکل طرح شده را با همه اعضا مورد بحث قرار داد و بهترین راه‌حل را انتخاب کرد. این کار روشی پویا برای کمک به دانش‌آموزان با ناتوانی‌های یادگیری غیرکلامی برای شروع بازی یا گفتگو و حل تعارض با

معلمان باید در کمک به دانش‌آموزان جهت کسب، رشد و اصلاح مهارت‌های اجتماعی ضروری برای تعاملات و ارتباطات اجتماعی مؤثر و مفید نقش فعالی داشته باشند. بدین منظور، آن‌ها می‌توانند محیط مثبتی را در درون کلاس درس ایجاد کنند. در واقع از طریق الگوسازی، ترغیب یادگیری مشارکتی و فراهم‌سازی آموزش مستقیم برای مهارت‌های اجتماعی، می‌توان یادگیرندگان را به گونه‌ای تربیت کرد که همدیگر را بپذیرند و با یکدیگر ارتباط مؤثر و مفیدی داشته باشند.

## الگوسازی مهارت‌های اجتماع پسند

ایجاد الگویی از رفتار اجتماعی که موجب شود فرد دیگری آن رفتار را از طریق مشاهده و تقلید فرا گیرد، الگوسازی نام دارد. در آموزش مهارت‌های اجتماعی، الگوسازی می‌تواند به دو نوع صورت گیرد: الگوسازی زنده<sup>۱</sup> که در آن کودک مورد نظر رفتارهای اجتماعی الگوها را در موقعیت‌های طبیعی (یعنی کلاس درس) مشاهده می‌کند و الگوسازی نمادین<sup>۲</sup> که طی آن کودک رفتارهای اجتماعی الگو را از طریق فیلم یا نوار ویدیویی مشاهده می‌کند. هر دو نوع روش در آموزش مهارت‌های اجتماعی موثرند. اگر چه اکثر مطالعات تجربی از الگوسازی نمادین استفاده کرده‌اند، اما الگوسازی زنده ممکن است تکنیک منعطف‌تری برای موفقیت‌های کلاس درس باشد. زیرا فرصت اصلاح مراحل کار الگوسازی بر اساس عملکرد رفتاری وجود دارد (حسین‌خانزاده، ۱۳۸۹).

با استفاده از راهبردهایی از قبیل توجه کردن به کودکان، فراهم‌سازی آموزش گروهی، پیش‌بینی موقعیت‌های مشکل‌آفرین و بحث در مورد راه‌حل‌های

1. Live modeling
2. Symbolic modeling

می توان پیامدهای مثبت را برای مواقعی که فرد در دنیای واقعی با مسایل گوناگونی روبرو می شود را بهبود بخشید. چنین فرصت های آموزشی ارزشمند، بینش لازم برای پیش بینی شرایط و موقعیت های مشکل آفرین و عوامل مؤثر بر تعاملات ناکام ساز را به دانش آموزان می دهد. در نتیجه خزانه رفتاری دانش آموزان غنی تر و قوی تر می شود و برای مدیریت مناسب تر شرایط و موقعیت های گوناگون، پاسخ های متعددی در خزانه رفتاری آنها شکل می گیرد. در واقع آموزش مهارت های اجتماعی به این شیوه، برای دانش آموزان فرصت شنیدن و دیدن روش بروز مهارت های اجتماعی به شیوه مطلوب و بدون احساس ترس را فراهم می کند که سرانجام اعتماد به نفس افراد را به تدریج افزایش داده و احساس خود ارزشمندی آنها را تقویت می کند و همه این ها منجر به رشد استقلال فرد در آینده می شود.

**تقویت مثبت:** در طی فرایند الگوسازی، زمانی که دانش آموزان مهارت های اجتماعی مطلوب را در مدرسه به کار می برند، باید تلاش و سخت کوشی شان در استفاده از مهارت ها به طور مستمر و مثبت تقویت شود. این قبیل تقویت ها باید فوری و بلافاصله باشد و برای کودک ارزشمند باشد. تقویت مناسب، انگیزش دانش آموز را حفظ نموده و انگیزش درونی را افزایش می دهد و رفتار خود نظارتی دانش آموزان را بهبود می بخشد. افزون بر این باید هنگام تقویت، رفتارهای ویژه ای را تقویت کرد و چرایی و چگونگی و مفید بودن مهارت های اجتماعی ویژه باید به طور واضح و روشن توضیح داده شود. همچنین زمان، مکان و چگونگی استفاده از این مهارت ها در آینده باید به دانش آموزان توضیح داده شود (روزنتال-مالک، ۱۹۹۷، برای اطلاعات بیشتر به جدول تقویت مراجعه کنید).

همکلاسی های شان است. به طور کلی، برگزاری جلسات آموزش گروهی به همه دانش آموزان این فرصت را می دهد که بدون احساس ترس، تهدید و تنبیه، احساسات و عواطف خود را نشان دهند و حرف های خود را بزنند. برای کودکانی که به طور ویژه در قابلیت اجتماعی مشکل دارند، الگوسازی مستقیم مهارت های اجتماعی ای که این دانش آموزان در آن ضعف دارند، باعث می شود که آنها از طریق یادگیری روش های پاسخ دهی مطلوب و درک مؤثرتر موقعیت های اجتماعی گوناگون بر مشکلاتشان غلبه کنند.

### پیش بینی موقعیت های مشکل آفرین و بحث در

**مورد راه حل های مشکل:** معلم می تواند با پیش بینی موقعیت هایی که ممکن است کودکان مشکل داشته باشند (از قبیل زمین بازی) بدون اینکه اسامی کودکان ویژه ای را ببرد یا به رویدادهای خاصی اشاره کند، پیشاپیش (یا در طول جلسه) در مورد آن موقعیت در کلاس بحث کند. در واقع معلم می تواند در مورد آن مسأله به عنوان مشکلی که خودش آن را تجربه کرده است، صحبت کند و از اعضای کلاس بخواهد که پاسخ ها و توصیه های مطلوبی که می توان در آن شرایط به کار برد را ارائه کنند. در این زمان دانش آموزان می توانند عقاید و نظرات خود را با صدای بلند بیان کنند و راه حل های پیشنهادی آنها تقویت می شود و راهنمایی ها و اصلاحات لازم ارائه می گردد.

### مرور مهارت های اجتماعی گوناگون: یافته ها حاکی

از آن است که بحث گروهی در مورد مهارت های اجتماعی گوناگون، مهارت های اجتماعی دانش آموزان را رشد می دهد و دانش آموزان بعداً به طور مستقل این مهارت ها (به ویژه مهارت های ضروری برای گفتگو و حل تعارض) را مورد استفاده قرار می دهند. با این روش

## فراهم‌سازی فرصت‌هایی برای کارگروهی مشارکتی

فعالیت‌های گروهی باعث رشد مهارت‌های اجتماعی دانش‌آموزان می‌شود (لوئیز، ۲۰۰۲). همان‌طور که می‌دانیم انسان موجودی اجتماعی است و بسیاری از مهارت‌های لازم برای زندگی طی فرایند اجتماعی شدن و در ارتباط با دیگران و در درون محیط اجتماعی کسب می‌گردند. به همین دلیل دانش‌آموزان با ناتوانی‌های یادگیری غیرکلامی نیز برای یادگیری این مهارت‌ها نیاز دارند که در بین جمع باشند و گروهی کار کنند. در واقع کارهای گروهی مشارکتی، فرصت تعامل و کار با همسالان را فراهم می‌سازد که این امر به نوبه خود باعث رشد مهارت‌های اجتماعی و ارتباطی آنان می‌شود (اسمیت و پلگرینی، ۲۰۰۴؛ میلوارد و همکاران، ۲۰۰۲؛ سیگل، ۲۰۰۷؛ سارکس - ویرنسکی و اسکات، ۱۹۹۴؛ سندبرینک، ۱۹۹۷؛ اسلاوین، ۱۹۸۷؛ لوئیز، ۲۰۰۲؛ فیشر، ۲۰۰۱). در تأیید یافته‌های پژوهشگران مذکور، سارکس - ویرنسکی و اسکات (۱۹۹۵) بیان می‌کند که فعالیت‌ها و تعاملات مکرر گروه با یکدیگر، اختلاف نظرها برای حل مسأله، بحث‌های حین کار و سایر فعالیت‌های گروهی، فرصت رشد مهارت‌های اجتماعی و ارتباطی را فراهم می‌کند که برای زندگی در جامعه امروزی ضروری هستند. راهبردهای دعوت به همکاری، ایفای نقش همکاری موفق، جلب توجه و توافق دانش‌آموز فرصت‌های بسیار خوبی را برای کار گروهی مشارکتی فراهم می‌کنند که در ادامه هر یک از این راهبردها به‌طور خلاصه مورد بحث قرار گرفته است.

**دعوت به همکاری:** دانش‌آموزان با نارسایی‌های مهارت اجتماعی هنگام انجام کار مشارکتی و یادگیری مشارکتی همواره با مشکلاتی مواجه هستند. بنابراین معلمان باید به‌طور مستمر در برنامه درسی فرصت‌های یادگیری مشارکتی فراهم کنند و دانش‌آموزان را با موقعیت‌های اجتماعی مثبت مواجه سازند. فراهم‌سازی

## تقویت تحسین است یا تشویق؟

معلمان موقع بازخورد به دانش‌آموزان باید به جای تحسین<sup>۱</sup> از تشویق<sup>۲</sup> استفاده کنند. در ادامه برخی از تفاوت‌های بین تحسین و تشویق ارائه شده است.

تقویت به عنوان تحسین شامل توضیحاتی است که از نظر ماهیت بسیار کلی هستند. برای مثال «شغل خوبی است» یا «کاری که امروز انجام دادی را دوست دارم». بیانات بالقوه پراستفاده‌ای همچون موارد مذکور به رفتارهای مشخصی اشاره نمی‌کنند یا رفتارهای ویژه‌ای را توصیف نمی‌کنند. همچنین تحسین برجسب‌هایی را نیز با خود به همراه دارد. زیرا معلم هنگام استفاده از تحسین، در مورد کودک و کارش قضاوت ارزشی می‌کند. در حالی که تشویق برای رفتارهای ویژه‌ای ارائه می‌شود. در واقع تشویق شامل توضیحاتی به شرح زیر است: «من چگونگی استفاده نوبتی شما و جان از توپ در زمین بازی را مشاهده کردم، تو بیشتر از زمان مقرر با توپ بازی می‌کردی.» یا «شما امروز در بحث کلاسی در مورد قالیچه، اطلاعات زیادی ارائه کردی. من دیدم که سه بار دست را برای شرکت در بحث بلند کردی». این بیانات آشکارا به تلاش‌های کودک اشاره دارد و هیچ‌گونه قضاوت یا ارزیابی در مورد کیفیت کار کودک صورت نمی‌گیرد و یا نتیجه کارش مورد تعبیر و تفسیر قرار نمی‌گیرد.

به طور کلی، تشویق به جای فرآورده محور بودن، بیشتر بفرایند تاکید دارد و بر پیشرفت تمرکز می‌کند. در روش تشویق رفتار یا پیشرفت‌های قبلی کودک به عنوان ملاک مقایسه (نه پیشرفت‌های دانش‌آموزان دیگر) پیشرفت او قرار می‌گیرد. در واقع تشویق باید تلاش‌های کودک را جهت دستیابی به تعاملات اجتماعی و سایر رفتارهایی را که برای کلاس درس مناسب و ارزشمند هستند را تقویت کند. تشویق باید کودک را به سوی پاداش درونی رفتار خود هدایت کند و توانایی کودک برای ارزیابی رفتار خود را افزایش دهد. به‌طور خلاصه، کودک در محیطی پیشرفت خواهند کرد که از ارزشیابی شدن نترسند، بتوانند اشتباه کنند و از اشتباهات خود یاد بگیرند. همچنین محیطی برای پیشرفت مناسب است که کودک نیاز نداشته باشند که برای برآوردن استانداردهای دیگران برای عالی بودن، همواره تلاش کنند. به‌طور کلی تشویق درست، خودمختاری، عزت نفس مثبت، میل به کشف و پذیرش خود و دیگران را پرورش می‌دهد (هیتز و دریسکول، ۱۹۸۸، ص ۱۳-۱۲).

- 1.praises
2. encourage

هایی را که باید در موقعیت‌های گوناگون به کار گیرند را بدانند. برخی از مهارت‌های پیش نیاز برای اینگونه تعاملات عبارتند از (گودوین، ۱۹۹۹):

- ✓ وارد شدن به گروه‌های مختلف
  - ✓ گوش کردن و احترام گذاشتن به اعضای گروه
  - ✓ استفاده از راهبردهای مناسب برای بیان مخالفت خود
  - ✓ رعایت نوبت
  - ✓ نشان دادن و حفظ ارتباط با نگاه و خودکنترلی
- جلب توجه و توافق دانش آموز:** یکی از روش‌های موثر برای شروع تقویت همکاری این است که موافقت دانش آموزان برای کار گروهی را جلب کنیم و از آنها بخواهیم که به طور فعال در کار گروهی همکاری کنند. برای این کار باید توافق نامه‌ای را تهیه کنید و در اختیار دانش آموزان قرار دهید. آنها نیز باید توافق نامه را بپذیرند و آن را امضا کنند.

به طور کلی در طول بحث‌های غیررسمی توافق بهتر صورت می‌گیرد. زیرا دانش آموزان انتقاد و باز خورد را بهتر می‌پذیرند و نسبت به محیط‌های رسمی تر کمتر در مقابل انتقاد مقاومت می‌کنند. در واقع موقعیت‌های غیررسمی برای دانش آموزان مناسب‌تر است و آنها راحت‌تر می‌توانند به تبادل افکار بپردازند، عقاید خود را بیان کنند، سوالات خود را بپرسند و به تبیین استدلال‌های خود بپردازند.

### فراهم سازی آموزش مستقیم

آموزش مستقیم مهارت‌های اجتماعی مستلزم تعیین هدف‌های روشن برای یادگیری، آموزش منظم مهارت‌ها و مفاهیم از ساده به دشوار، نظارت بر پیشرفت دانش آموز، سؤال و پاسخ مستمر، تقویت، اصلاح اشتباهات، تدریس مجدد محتوا در مواقع ضروری و تمرین برای رسیدن به حد تسلط است (وستود، ۲۰۰۸). از راهبردهای استفاده از شخصیت داستان‌ها، بیان انتظارات مربوط به کلاس درس،

چنین فرصت‌هایی را می‌توان ابتدا از کلاس درس و در مقیاس کوچک شروع کرد تا اینکه انجام فعالیت‌های مشارکتی برای دانش آموزان درونی و خود انگیزه شود. شایان ذکر است که چیدمان (تقسیم‌بندی) گروه‌های مشارکتی در درون کلاس درس باید به گونه‌ای باشد که به جای تأکید بر پیشرفت انفرادی، کار گروهی را ترغیب کند و افراد را به مشارکت در کار گروهی دعوت کند. البته معلم باید همواره بر یادگیری مشارکتی نظارت کند و در مواقع لزوم راهنمایی و هدایت کند. افزون بر این، معلم باید در انتخاب همکلاسی‌ها یا دوستانی که به طور مستمر و منظم در کار گروهی با هم مشارکت می‌کنند نیز دقت لازم را داشته باشد. زیرا انتخاب درست اعضای گروه بر اساس اشتراکات اخلاقی و رفتاری، آنان را بر می‌انگیزد تا در رقابت با گروه‌های دیگر تلاش بیشتری کنند و مستقل تر شوند.

**ایفای نقش همکاری موفق:** هنگام وارد کردن کودکان به پروژه‌های کار مشارکتی بزرگتر، معلم باید در تقسیم مسئولیت‌ها بین اعضای گروه همکاری کند و نقش میانجی را داشته باشد. افزون بر این تا زمانی که قوانین مربوط به کار مشارکتی توسط معلم الگوسازی نشده است، کار مشارکتی نباید شروع شود. این قوانین برای همکاری موفق ضروری هستند و پس از الگوسازی توسط معلم، دانش آموزان باید به ایفای نقش بپردازند و آن قوانین را در ایفای نقش رعایت کنند. این کار باعث می‌شود تا دانش آموزان بدانند که چه انتظاراتی از آنها دارند و برای برآوردن آن انتظارات راغب شوند و تلاش کنند. درگیری فعال کودکان (به ویژه کودکانی که در مخاطره مشکلات خاص قرار دارند) در فراهم سازی فرصت‌های یادگیری شان، علایق آنها را افزایش می‌دهد، تعهد آنها برای انجام کار را بیشتر می‌کند و اعتماد به نفس شان برای موفقیت را بهبود می‌بخشد. چنین شرایطی فرصت بسیار خوبی برای دانش آموزان فراهم می‌کند تا ضرورت و اهمیت مهارت-

پاسخ‌ها، ایده‌ها و راه‌حل‌های جدیدی را به مساله ارائه کنند. ایفای نقش فرصت بسیار خوبی را برای همدلی با دیگران در اختیار دانش‌آموزان قرار می‌دهد.

**تمرین صحیح و ایمن مهارت‌ها:** ایفای نقش، شرایط امنی برای کشف موقعیت‌های ناآشنا، متنوع، پیچیده و خطرناک فراهم می‌کند و دانش‌آموزان می‌توانند از طریق آن مهارت‌های تفکر انتقادی و خطرپذیری را با بیم و هراس کمتری تجربه و تمرین کنند. همچنین این نوع فعالیت، خودآگاهی دانش‌آموزان و ارتباطشان با دنیای بیرون و سایر افراد محیط اطرافشان را افزایش می‌دهد. افزون بر این، ایفای نقش افراد دیگر به دانش‌آموزان کمک می‌کند که درکشان نسبت به فردیت خود و دیگران بهبود یابد. به طور خلاصه، می‌توان در محیط اجتماعی با کمک ایفای نقش شرایطی را ایجاد کرد که حتی معلم نیز بتواند نقش‌های گوناگونی را بر عهده بگیرد.

**کمک به آمادگی دانش‌آموزان برای بزرگسالی:** یکی از مهم‌ترین وظایف آموزشی معلمان و مربیان دانش‌آموزان با ناتوانی‌های یادگیری غیرکلامی انتخاب ضروری‌ترین مهارت‌های اجتماعی است که این دانش‌آموزان در آینده به آن‌ها نیاز خواهند داشت. محتوای برنامه‌های آموزشی دانش‌آموزان با ناتوانی‌های یادگیری غیرکلامی باید مبتنی بر راهبرد از بالا به پایین<sup>۱</sup> یعنی از تحلیل رفتار الگوی بزرگسال مورد انتظار به دست آمده باشد. ایده اصلی راهبرد از بالا به پایین این است که افراد عادی به عنوان مرجع آموزش در نظر گرفته شوند و برای شناسایی مهارت‌های اجتماعی و فعالیت‌های آموزشی مربوطه از این افراد استفاده شود. زیرا آنها مرجع واقعی مهارت‌های اجتماعی مورد نیاز فعلی و آینده دانش‌آموزان با ناتوانی‌های یادگیری غیرکلامی هستند. در این راهبرد شناسایی مهارت‌های ضروری، برای مشخص

تمرین صحیح و ایمن مهارت‌ها و کمک به آمادگی دانش‌آموزان برای بزرگسالی برای آموزش مستقیم مهارت‌های اجتماعی می‌توان استفاده کرد که در ادامه هر یک از این راهبردها به طور خلاصه ارائه شده‌اند.

**استفاده از شخصیت داستان‌ها:** فراهم‌سازی آموزش مستقیم برای سایر مهارت‌های اجتماعی ضروری از قبیل همدلی، حل تعارض و مدیریت ناکامی نیز بسیار مهم است. می‌توان این مهارت‌ها را از طریق پیشینه‌های مربوطه معرفی کرد. زیرا این مهارت‌ها همواره در پیشینه‌های تحقیقاتی وجود دارد و می‌توان از طریق معرفی و ارائه کتاب‌های گوناگون، اطلاعات افراد در مورد این مهارت‌ها را گسترش داد. اطلاعاتی که دانش‌آموزان از مطالعه این منابع و کتاب‌ها به دست می‌آورند، انگیزش آنها برای یادگیری را افزایش می‌دهد و آگاهی آنها از این مهارت‌ها را زیاد می‌کند. در واقع دانش‌آموزان مهارت‌ها و راه حل شخصیت داستان کتاب‌ها را کسب می‌کنند و در زندگی خودشان به کار می‌گیرند (دی جورج، ۱۹۹۸). استفاده از داستان‌ها به ویژه زمانی که معلمان و دانش‌آموزان کتاب را با هم مطالعه می‌کنند و درباره رفتارها و مهارت‌های شخصیت‌های داستان‌ها با هم صحبت می‌کنند، به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا به راحتی و بدون ترس در بحث‌ها شرکت کنند و دیدگاه‌ها و عقاید خود را در جمع بیان کنند و برای عقاید خود استدلال بیاورند.

**بیان انتظارات مربوط به کلاس درس:** باید قوانین یا انتظارات عمومی کلاس درس (به ویژه قوانین و انتظارات اجتماعی) به دانش‌آموزان آموزش داده شود. این کار به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا مسئولیت پذیر شوند و به قوانین احترام بگذارند. زیرا این قوانین به امنیت، آرامش، موفقیت و پیشرفت آنها کمک می‌کند. بدین منظور می‌توان شرایط یا تعارضی را که در داستان اتفاق می‌افتد را مجدداً به صورت نمایش اجرا کرد و دانش‌آموزان نقش شخصیت‌های داستان را بازی کنند و



مسأله و کسب رفتارهای خودتنظیمی کمک کرد. در واقع همه دانش آموزان می توانند از این آموزش سود ببرند. به طور کلی، دانش آموزان با برخورداری از آموزش های مذکور اعتماد به نفس و قابلیت بیشتری پیدا می کنند و در مواجهه با چالش های اجتماعی و تحصیلی توانا تر می شوند و بهتر می توانند بر موانع غلبه کنند. به همین دلیل باید در فراهم سازی فرصت های آموزشی برای غلبه بر این مشکلات تلاش و پافشاری کرد. افزون بر این، مداخله های مناسب و موثر از توانایی ها و نقاط قوت دانش آموز برای یادگیری استفاده می کنند و محدودیت ها و نقاط ضعف آنها را بهبود می بخشند. بنابراین، اگر معلمان به طور موثر از راهبردهای اجتماع پسند استفاده کنند، آنگاه می توانند عملکرد و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان شان را به طور مثبت و معنی دار تحت تأثیر قرار دهند. همچنین این فنون می توانند به دانش آموزان در پیشرفت شخصی، خود شکوفایی و رسیدن به معنای زندگی کمک کنند. در ضمیمه مقاله، فهرست مهارت های اجتماعی ضروری برای آموزش به دانش آموزان با ناتوانی های یادگیری غیر کلامی بر اساس راهبردهای بحث شده در این مقاله ارائه شده است. شایان ذکر است که این فهرست، طی پژوهشی توسط حسین خانزاده (۱۳۸۹) تهیه شده و در کتاب آموزش مهارت های اجتماعی به کودکان و نوجوانان چاپ شده است که با اجازه ایشان در پیوست این مقاله جهت استفاده خوانندگان آورده شده است.

کردن مراحل حرکت به سوی بزرگسالی ضروری است (سو، ۱۹۹۷).

استرین و ادوم (۱۹۸۶) در پژوهش خود به این نتیجه رسیده اند که نارسایی های مهارت های اجتماعی پیش بینی کننده پیامدهای بزرگسالی هستند. بنابراین، معلمان باید این قبیل مشکلات را در اوایل مدرسه به دقت مورد ملاحظه و توجه قرار دهند. شایان ذکر است که نتایج تحقیقات در مورد تأثیر ناتوانی های یادگیری غیر کلامی (صرف نظر از شدت اختلال) بر زندگی اجتماعی و تحصیلی دانش آموزان، ضد و نقیض است (میت و بولاسگی، ۱۹۹۸). به طور کلی، با استفاده مناسب از زمان آموزشی و مشارکت و همکاری با والدین می توان دانش آموزان را در جهت یادگیری و به کارگیری تعاملات اجتماعی مفید، موثر و مثبت هدایت کرد. آموزش مستقیم مهارت های اجتماعی برای دانش آموزان با ناتوانی یادگیری غیر کلامی دارای مزایای بسیاری است که از جمله می توان به بهبود قابلیت اجتماعی، افزایش استفاده از مهارت های بین فردی اجتماع پسند، بهبود عزت نفس، و رضایت شخصی ناشی از پیشرفت در حیطه های تحصیلی و اجتماعی اشاره کرد.

### نتیجه گیری

با استفاده از الگوسازی، یادگیری مشارکتی و آموزش مستقیم می توان به دانش آموزان در تشخیص و درک ناتوانی های اجتماعی شان، رشد راهبردهای موثر حل

### منابع

- حسین خانزاده، عباسعلی. (۱۳۸۹). آموزش مهارت های اجتماعی به کودکان و نوجوانان. تهران: انتشارات رشد فرهنگ.
- Allsopp, D. H., Santos, K. E., & Linn, R. (2000). Collaborating to teach prosocial skills. **Intervention in School and Clinic**, 35(3), 141-146.
- DeGeorge, K. L. (1998). Friendship and stories: Using children's literature to teach friendship skills to children with learning disabilities. **Intervention in School and Clinic**, 33(3), 157-162.
- Elksnin, L. K., & Elksnin, N. (1998). Teaching social skills to students with learning and behavior problems. **Intervention in School and Clinic**, 33(3), 131-140.
- Fisher, R. (2001). **Teaching Children to Learn**. London: Nelson Thornes.

- Goodwin, M. W. (1999). Cooperative learning and social skills: What skills to teach and how to teach them. **Intervention in School and Clinic**, 35(1), 29-33.
- Harnadek, M. C. S., & Rourke, B. P. (1994). Principal identifying features of the syndrome of nonverbal learning disabilities in children. **Journal of Learning Disabilities**, 27(3), 144-154.
- Hitz, R., & Driscoll, A. (1988). Praise or encouragement? New insights into praise: Implications for early childhood teachers. **Young Children**, 43(5), 6-13.
- Lerner, J. (2000). **Learning disabilities: Theories, diagnosis, and teaching strategies**. Boston: Houghton Mifflin.
- Lewis, A. (2002). **Primary Special Needs and the National Curriculum**. New York: Taylor & Francis.
- Mamen, M. (2007). **Understanding Nonverbal Learning Disabilities: A Common-Sense Guide for Parents and Professionals**. London: Jessica Kingsley Publisher.
- Matte, R. R., & Bolaski, J. A. (1998). Nonverbal learning disabilities: An overview. **Intervention in School and Clinic**, 34(1), 39-42.
- Millward, A., Baynes, A., Dyson, A., Riddell, S., Banks, P., Kane, J., Wilson, A. (2002). Individualised educational programmes part I: A literature review. **Journal of Research in Special Educational Needs**, 2(3), 12-24.
- Palombo, J. (1994). Descriptive profile of children with nonverbal learning disabilities. **NLDline [On-line]**. Available: <http://www.nldline.com/palombo.htm>
- Rosenthal-Malek, A. L. (1997). Using metacognitive strategies to teach students social skills. **Teaching Exceptional Children**, 29(3), 29-31.
- Sandbrink, c., McClellan, M.A., DeFazio, J., & Hodge, K. (1997). **Integrated Curriculum Manual: Practical Application in the Classroom**. Ohio: Walsh University.
- Sarkees-wircenski, M., & Scott, J. (1995). **Vocational Special Needs**. Homewood: American Technical Publishers.
- Siegel, A.L. M. (2007). **The Complete IEP Guide : How to Advocate for Your Special Education Child**. New York, Consolidated Printers.
- Slavin, R. (1987). Ability grouping and student achievement in elementary schools: a best-evidence synthesis. **Review of Educational Research**, 57:3, 293-336.
- Smith, P.K., & Pellegrini, A.D. (2004). **Psychology of Education: Major Themes**. New York: Taylor & Francis.
- Stone, W. L., & La Greca, A. M. (1990). The social status of children with learning disabilities: A reexamination. **Journal of Learning Disabilities**, 23(1), 32-37.
- Strain, P. S., & Odom, S. L. (1986). Peer social initiations: Effective intervention for social skills development of exceptional children. **Exceptional Children**, 52, 543-551.
- Su, H.C. (1997). **Curriculum Emphasis for Students with Mild Mental Retardation: A Survey Research of the Current Perspectives of Taiwan's Secondary Special Educators**. A thesis Submitted for the degree of Doctor of Philosophy to the Department of Special Education of the University of Kansas.
- Thompson, S. (1999). Neurobehavioral characteristics seen in the classroom. Developing an educational plan for the student with NLD. **NLDline [On-line]**. Available: [http://www.nldline.com/sue\\_educ.htm](http://www.nldline.com/sue_educ.htm)
- Vaughn, S., & Haager, D. (1994). Social competence as a multifaceted construct: How do students with learning disabilities fare? **Learning Disability Quarterly**, 17, 253-266.
- Vaughn, S., Zaragoza, N., Hogan, A., & Walker, J. (1993). A longitudinal investigation of the skills and behavior problems of students with learning disabilities. **Journal of Learning Disabilities**, 26, 404-411.
- Westwood, P. (2008). **What Teachers Need to Know about Teaching Methods**. Camberwell: ACER press.

## فهرست مهارت‌های اجتماعی ضروری برای آموزش به دانش‌آموزان با ناتوانی‌های یادگیری غیر کلامی

مهارت‌های اجتماعی مربوط به محیط مدرسه	
۱.	ورود به مدرسه در زمان مناسب
۲.	خروج از مدرسه در زمان مناسب
۳.	حضور مرتب در مدرسه (عدم غیبت بی مورد)
۴.	پوشش مناسب در مدرسه با توجه به مقررات وضع شده
۵.	ظاهر آراسته داشتن (تمیز و مرتب بودن)
۶.	رعایت مقررات انضباطی هنگام استفاده از امکانات ایاب و ذهاب مدرسه (مانند اتوبوس و ...)
۷.	استفاده مناسب از امکانات بهداشتی در مدرسه
۸.	اجتناب از آزار و اذیت دانش‌آموزان در محیط مدرسه
۹.	برخورد مناسب با مزاحمت‌های همسالان
۱۰.	صف بستن و با صف (یا بدون سر و صدا) به سمت کلاس حرکت کردن
۱۱.	اطاعت از دستورات ناظم در ساعات تفریح
۱۲.	رعایت آداب تغذیه در حیاط مدرسه (تعارف کردن، ریختن زباله در ظرف مخصوص و ...)
۱۳.	شرکت در بازی‌های دسته جمعی با دوستان
۱۴.	رعایت قوانین بازی به هنگام بازی های دسته جمعی
۱۵.	استفاده از زمان تفریح به طور مناسب
۱۶.	کمک به نظافت محیط مدرسه
مهارت‌های اجتماعی مربوط به کلاس درس	
۱.	حضور به موقع در کلاس درس
۲.	ورود به کلاس درس بدون سر و صدا
۳.	قرار دادن لباس در محل مخصوص
۴.	بلند شدن و احترام گذاشتن هنگام ورود معلم
۵.	نشستن در جای خود بدون سر و صدا
۶.	عدم تخریب وسایل و تجهیزات کلاس درس
۷.	رعایت مقررات کلاس درس در نبود معلم
۸.	اجتناب از آزار و اذیت دیگر همکلاسی‌ها در کلاس درس
۹.	حفظ نظافت کلاس درس
۱۰.	آوردن وسایل مورد نیاز به کلاس درس
۱۱.	امانت دادن وسایل خود به دیگر همکلاسی‌ها
۱۲.	تفاوت قائل شدن میان وسایل خود و دیگران
۱۳.	اجازه گرفتن به هنگام استفاده از وسایل دیگران
۱۴.	جلب توجه معلم در کلاس درس با بلند کردن دست
۱۵.	مرتب نگه داشتن میز خود
۱۶.	مراقبت از لوازم شخصی
۱۷.	گوش دادن به سخنان معلم و قطع نکردن حرف او
۱۸.	گوش دادن به اظهار نظر همکلاسی و قطع نکردن حرف او

۱۹. داوطلب شدن برای پاسخ دادن به سوال معلم
۲۰. اظهار نظر به موقع در بحث کلاسی
۲۱. آوردن تکالیف انجام داده شده در منزل به کلاس درس
۲۲. انجام تکالیف کلاسی در زمان معین شده
۲۳. انجام تکالیف کلاسی بدون سر و صدا
۲۴. سعی کردن به هنگام مشکل بودن تکلیف
۲۵. اطاعت از دستورات شفاهی معلم
۲۶. اطاعت از دستورات کتبی معلم
۲۷. ایفای نقش خود در انجام تکالیف گروهی کلاس درس
۲۸. ارائه گزارش در جلوی کلاس
۲۹. نادیده گرفتن عوامل مزاحم در کلاس درس

#### مهارت‌های بین فردی (با همسالان و بزرگسالان)

۱. سلام و احوال پرسی مناسب
۲. شروع گفتگو
۳. آغاز تماس چشمی (ارتباط با نگاه) و حفظ آن
۴. تغییر نگاه در طی گفتگو
۵. لبخند زدن به هنگام مواجهه با دوستان و در طی گفتگو
۶. معرفی خود به دیگران
۷. معرفی یک دوست به دیگری
۸. تشکر کردن به شیوه مناسب
۹. اعتنا کردن به حضور دیگران
۱۰. آهنگ صدای مناسب در گفتگو با دیگران
۱۱. رد و بدل کردن تعارفات معمول
۱۲. پایان دادن به گفتگو با دیگران به شیوه مناسب
۱۳. کمک خواستن از دیگران
۱۴. عذرخواهی کردن
۱۵. پذیرش عذرخواهی
۱۶. اجتناب از مسخره کردن دیگران
۱۷. واکنش مناسب به مسخره کردن دیگران
۱۸. رعایت نوبت در فعالیت‌های مختلف
۱۹. انتقاد پذیر بودن
۲۰. انتقاد کردن به طور مناسب از دیگران
۲۱. امتناع از درخواست نامعقول دیگران به شکل مودبانه
۲۲. امانت گرفتن (یا قرض گرفتن) به طور مناسب
۲۳. پس دادن امانت به طور سالم و در موعد مقرر
۲۴. قرض دادن به دوستان
۲۵. قرار ملاقات گذاشتن و سر وقت حاضر شدن
۲۶. استفاده از شیوه های ارتباطی غیر کلامی



۲۷. به کار بردن واژه های مودبانه به هنگام گفتگو

۲۸. پیدا کردن دوست جدید

۲۹. جلب توجه به طور مناسب

۳۰. حفظ دوستی

۳۱. حمایت عاطفی از دوستان

۳۲. کمک کردن به دوستی که آسیب دیده است

۳۳. تعامل مناسب با جنس مخالف با در نظر گرفتن ارزش ها یا هنجارهای مشخص (محرم - نامحرم)

۳۴. پذیرفتن عقاید متفاوت از عقاید خود

۳۵. حفظ فاصله مناسب (توجه به فضای شخصی) هنگام گفتگو

۳۶. متقاعد کردن دیگران برای انجام عمل درست

۳۷. واکنش مناسب در مقابل متقاعدسازی دیگران

۳۸. مواجهه با زورگویی دیگران

۳۹. تحسین رفتارهای مطلوب همسالان

۴۰. اظهار نظر بجا به هنگام صحبت با یک بزرگسال

۴۱. مخالفت با نظر بزرگسال به شیوه درست

#### مهارت های خودمدیریتی (شامل مهارت های جایگزین برای پرخاشگری، مواجهه با تنیدگی، مدیریت تعارض)

۱. دور شدن از همسال به هنگام خشمگین بودن او

۲. تقاضای کمک به هنگام مواجهه با آزار و اذیت دیگران

۳. ابراز خشم با کلام به دور از پرخاشگری

۴. تحمل خشم دیگری

۵. رفتار سازنده یا مناسب با برخورد یا انتقاد نابجا

۶. توانایی مقابله با فشارهای گروه

۷. توانایی حل مساله

۸. پذیرش پیامدهای رفتار خود

۹. واکنش مناسب نشان دادن نسبت به تهمت

۱۰. اظهار نارضایتی و شکایت

۱۱. پاسخ مناسب به شکایت و اظهار نارضایتی دیگران

۱۲. توانایی مقابله با برآشفتگی

۱۳. تحمل بی توجهی دیگران

۱۴. مواجهه با ناکامی (یا شکست)

۱۵. کنار آمدن با بی حوصلگی

۱۶. استفاده از مهارت های تنش زدایی (آرامش بخشی)

۱۷. تحمل از دست دادن

۱۸. مهار خود در مواقع شنیدن "نه"

۱۹. مقابله با خواستن چیزی که مال خودش نیست

۲۰. حفظ آرامش و خونسردی در مواقع بحرانی

۲۱. واکنش مناسب در برابر دستورات نابجا از طرف بزرگسالان

۲۲. مقابله با ناامیدی



	<p>۲۳. استفاده از مذاکره برای حل موارد اختلافی (اختلاف نظرها)</p> <p>۲۴. مقابله با تناقضات در دیدگاه‌های خود</p> <p>۲۵. پذیرش محدودیت های خود</p> <p>۲۶. پذیرش محدودیت های مربوط به محیط های مختلف</p> <p>۲۷. پاسخ به شوخی دیگران</p>
<b>مهارت‌های تصمیم‌گیری و حل مساله</b>	
	<p>۱. جمع‌آوری اطلاعات</p> <p>۲. هدف‌گذاری</p> <p>۳. در نظر گرفتن توانایی های شخصی در تصمیم‌گیری</p> <p>۴. تصمیم‌گیری در مورد آنچه که موجب مشکل شده است</p> <p>۵. پیش‌بینی یک موقعیت دشوار</p> <p>۶. شناسایی و تعریف مساله یا مشکل</p> <p>۷. اولویت‌بندی مسائل</p> <p>۸. شناسایی منابع در دسترس برای حل مساله</p> <p>۹. مشورت کردن به هنگام تصمیم‌گیری</p> <p>۱۰. شناسایی راه حل‌ها</p> <p>۱۱. اولویت‌بندی راه حل‌ها</p> <p>۱۲. پیش‌بینی پیامدهای انتخاب هر یک از راه حل‌ها</p> <p>۱۳. تصمیم‌گیری درباره راه حل نهایی (بهترین راه حل)</p> <p>۱۴. به کارگیری راه حل نهایی</p> <p>۱۵. ارزیابی راه حل به کار گرفته شده</p>
<b>همکاری</b>	
	<p>۱. پیشنهاد دادن کمک به دیگران</p> <p>۲. مشارکت در فعالیت گروهی و ایفای نقش خود به طور مناسب</p> <p>۳. سهم کردن اموال خود با دیگران</p> <p>۴. انجام تکلیف درسی به صورت مشارکتی</p> <p>۵. کمک در انجام تکالیف به همکلاسی‌ها</p> <p>۶. انجام بازی مشارکتی</p> <p>۷. کمک به اولیا و دیگر اعضای خانواده در امور مختلف</p> <p>۸. همکاری با معلم در پیروی از مقررات وضع شده در کلاس درس</p> <p>۹. همکاری با دیگر کارکنان مدرسه در پیروی از مقررات وضع شده در محیط مدرسه</p> <p>۱۰. اطاعت از دستورات اولیا و دیگر بزرگسالان</p> <p>۱۱. تمیز نگه داشتن وسایل شخصی، اتاق خود، کلاس درس و ...</p> <p>۱۲. گوش دادن به همکلاسی‌ها به هنگام گزارش کار توسط آنها</p> <p>۱۳. پذیرش و انجام تصمیماتی که توسط گروه صورت می‌گیرد</p>
<b>مهارت‌های مربوط به جرأت‌ورزی</b>	
	<p>۱. جرأت داشتن برای ورود به جمع همسالان</p> <p>۲. جرأت داشتن برای ورود به جمع بزرگسالان</p>

۳. توانایی حرف زدن در جمع کلاس و سایر گروه‌ها
۴. جرأت داشتن برای شروع گفتگو با افراد مختلف و در گروه‌های مختلف همسالان و بزرگسالان
۵. دعوت همسالان به بازی و یا سایر فعالیت‌ها
۶. جرأت "نه" گفتن
۷. تقاضای کمک یا اطلاعات
۸. پاسخ‌دهی مناسب به انتقادات دیگران
۹. توانایی اظهار نظر مخالف
۱۰. شرکت در فعالیت‌های سازمان یافته مانند ورزش و ...
۱۱. معرفی خود به افراد جدید بدون اضطراب
۱۲. دعوت کردن دوستان به خانه خود
۱۳. ورود به فعالیت‌های گروهی بدون دعوت از او
۱۴. داشتن اعتماد به نفس در تعامل با جنس مخالف
۱۵. دفاع از حق خود
۱۶. واکنش مناسب به هنگام برخورد نامناسب بزرگترها
۱۷. بیان عبارات مثبت درباره خود
۱۸. داشتن اعتماد به نفس برای داوطلب شدن و پاسخ‌دهی در کلاس درس
۱۹. داشتن اعتماد به نفس در سایر فعالیت‌های اجتماعی
۲۰. حالت غرور گرفتن مثبت در ظاهر

#### مهارت‌های اجتماعی مربوط به عواطف و احساسات

۱. شناسایی و درک احساسات و حالات شخصی
۲. شناسایی و درک احساسات و حالات دیگران
۳. احساس خوب داشتن درباره خود
۴. احساس خوب داشتن درباره دیگران
۵. شناسایی راه‌های کنترل و غلبه بر هیجانات خود مانند ترس، خشم و ...
۶. پذیرش احساسات خود
۷. سخن محبت آمیز گفتن و اظهار محبت
۸. تشویق خود
۹. ابراز نگرانی نسبت به فرد دیگر
۱۰. ابراز همدلی
۱۱. داشتن احساسات بجا و مناسب درباره جنس مخالف (محرم و نامحرم)
۱۲. پاسخ‌دهی مناسب به احساسات دیگران
۱۳. ابراز شادی به شیوه مناسب
۱۴. صادق بودن
۱۵. اظهار صمیمیت
۱۶. استقبال از اظهار محبت دیگران
۱۷. تعریف و تمجید از دیگران

#### مهارت‌های اجتماعی مرتبط با جامعه

۱. راهنمایی خواستن در اماکن عمومی

<p>۲. راهنمایی کردن دیگران در اماکن عمومی</p> <p>۳. ریختن زباله در ظرف های مربوطه</p> <p>۴. توجه به حقوق دیگران در اماکن عمومی</p> <p>۵. آسیب نزدن به اموال عمومی</p> <p>۶. توانایی برقراری ارتباط تلفنی با موسسات عمومی جهت به دست آوردن اطلاعات یا درخواست کمک</p> <p>۷. استفاده مناسب از اماکن تفریحی جامعه</p> <p>۸. استفاده از خدمات حمل و نقل در جامعه با رعایت رفتارهای اجتماعی مناسب</p> <p>۹. رعایت مقررات ایمنی هنگام عبور از خیابان های شهر</p> <p>۱۰. داشتن رفتار های اجتماعی مناسب در اماکنی مانند رستوران، جامعه، مسجد، سینما، بانک، و ...</p> <p>۱۱. مشارکت در رویدادهای اجتماعی</p> <p>۱۲. داشتن ظاهر مناسب در محیط ها و رویدادهای مختلف جامعه</p> <p>۱۳. احترام به مراجع قانونی</p>
<p><b>مهارت های اجتماعی مرتبط با محیط شغلی</b></p>
<p>۱. ورود به محیط کار در زمان مناسب</p> <p>۲. خروج از محیط کار در زمان مناسب</p> <p>۳. سلام و احوال پرسی مناسب با همکاران و کارفرما</p> <p>۴. داشتن نگرش مثبت نسبت به کار</p> <p>۵. کار کردن با علاقه و انگیزه</p> <p>۶. فعالیت مستمر در ساعات کار</p> <p>۷. صادق بودن در محیط کار</p> <p>۸. عدم پرخاشگری در محیط کار</p> <p>۹. شوخی و خنده به شیوه مناسب در محیط کار</p> <p>۱۰. اطاعت از دستورات کارفرما</p> <p>۱۱. توانایی رد درخواست غیرقانونی از طرف ارباب رجوع</p> <p>۱۲. توانایی رد درخواست غیرقانونی از طرف همکاران و کارفرما</p> <p>۱۳. خوش رویی با ارباب رجوع</p> <p>۱۴. خوش رویی با همکاران و کارفرما</p> <p>۱۵. کمک به همکاران</p> <p>۱۶. درخواست کمک از همکاران</p> <p>۱۷. انتخاب زمان مناسب برای انجام مکالمه کوتاه</p> <p>۱۸. استفاده از لحن صدای مناسب به هنگام گفتگو با کارفرما، همکاران و ارباب رجوع</p> <p>۱۹. استراحت کردن در زمان معین شده</p> <p>۲۰. پوشش مناسب در محیط کار</p> <p>۲۱. عدم تخریب وسایل و امکانات محیط کار</p> <p>۲۲. پاسخ به انتقاد ناموجه</p> <p>۲۳. درخواست بازخورد در زمینه کارایی شغلی خود</p> <p>۲۴. عدم شکایت نابجا و افراطی</p> <p>۲۵. اجتناب از سوء استفاده شدن از جنبه های مختلف</p>