

بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های اجتماعی بر پرخاشگری و ابراز وجود معلولین شهر کرمان

فرشته خاندانی زاده^۱، منصوره شجاعی^۲

^۱ کارشناس ارشد مشاوره خانواده، کرمان، ایران (نویسنده مسئول)

^۲ کارشناس ارشد روانشناسی، کرمان، ایران

چکیده

هدف از مطالعه حاضر بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های اجتماعی بر پرخاشگری و ابراز وجود معلولین شهر کرمان بود. روش تحقیق شبه آزمایشی بوده است و طرح پژوهشی مورد استفاده پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه آزمایشی و گواه و جامعه آماری تحقیق عبارت از معلولین شهر کرمان بود. ابتدا کلیه معلولین در بهزیستی شهر کرمان که به صورت روزانه در این مرکز حضور داشتند در نظر گرفته شدند. از بین معلولین این مرکز، با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی ۳۰ نفر در دو گروه ۱۵ نفری (گروه آزمایش، ۱۵؛ و گروه گواه ۱۵) به عنوان حجم نمونه در نظر گرفته شد. برای جمع‌آوری اطلاعات از پرسشنامه پرخاشگری اهواز (AGQ) و ابراز وجود (ASA) استفاده شد. تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از آزمون t زوجی و تحلیل کواریانس با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۱ انجام شد. سپس با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی ساده حجم نمونه به دو گروه، گروه گواه (n = ۱۵) و گروه آزمایش (n = ۱۵) تقسیم شد. یک هفته پس از اجرای پیش‌آزمون مباحث آموزشی مهارت‌های اجتماعی به مدت ۸ جلسه ۱/۵ ساعته و ۲ روز در هفته بر روی گروه آزمایش اجرا شد. در هر جلسه محتوا و تکالیف جلسه قبل به طور خلاصه مورد بحث و بررسی قرار گرفت. سپس محتوای جلسه‌ی جدید آموزش داده می‌شد. پس از ۵ روز بعد از پایان جلسات بر روی گروه گواه و آزمایش اجرا شد. نتایج آزمون T زوجی نشان داد که، آموزش مهارت‌های اجتماعی بر پرخاشگری (t=۸/۸۶)؛ و بر ابراز وجود (t=-۲۰/۸۸) مؤثر است. نتایج تحلیل کواریانس نشان داد که تأثیر آموزش مهارت‌های اجتماعی بر پرخاشگری گروه آموزش موجب کاهش پرخاشگری و افزایش ابراز وجود می‌شود.

واژه‌های کلیدی: مهارت‌های اجتماعی، پرخاشگری، ابراز وجود، معلولین

۱. مقدمه

سلامت تعاریف گسترده‌ای دارد که طبق تعریف نوین آن به معنای تندرستی جسمی، روانی، اجتماعی، معنوی، نبود بیماری، اختلال و صدمه یا ضربه است [۱]. در طبقه‌بندی بین‌المللی ناتوانی کارکردی و سلامت، معلولیت به عنوان یک اصطلاح چتری برای آسیب‌ها، محدودیت‌های کارکردی و مشارکتی مطرح شده است. بنابراین تعریف عدم معلولیت و معلولیت براساس یک الگوی زیستی، روانی و اجتماعی تبیین می‌شود؛ چرا که معلولیت نتیجه یک اختلال یا ناتوانی است که از انجام یک یا چند نقش طبیعی که مبتنی بر سن، جنس و سایر علوم اجتماعی و فرهنگی است، می‌کاهد یا جلوگیری می‌کند [۲]. معلولیت مفهومی کلی محسوب می‌شود که با محرومیت‌هایی مرتبط است که فرد در نتیجه نقص (اختلال) و ناتوانی تجربه می‌کند. هرگونه فقدان یا کاهش فرصت برای مشارکت در زندگی اجتماعی در سطحی برابر با دیگران معلولیت نامیده می‌شود [۳]. معلولان جسمی و حرکتی به افرادی گفته می‌شود که به هر علت در سیستم حرکتی دچار ضعف یا اختلال یا ناتوانی باشند یا برای تحرک به پاره‌ای وسایل کمکی نیاز داشته باشند. زمانی که در نتیجه نقص و ناتوانی محدودیتی در سلامتی رخ دهد که فعالیت شخص در زندگی کم شود، این واقعه مشخصه‌ای شخصی نیست؛ بلکه در ارتباط با محیط زندگی است. در واقع فرد معلول در جامعه محدودیت مشارکت دارد و معلولیت وی در اثر عوامل محیطی افزایش می‌یابد [۴]. اصطلاح مهارت‌های اجتماعی به رفتارهایی گفته می‌شود که شالوده‌ی ارتباطات موفق و رو در رو را، تشکیل می‌دهند. مهارت‌های اجتماعی مجموعه‌ای از توانایی‌ها هستند که روابط اجتماعی مثبت و مفید را آغاز و حفظ نماید، دوستی و صمیمیت با دیگران را گسترش دهد. در سایه آموزش مهارت‌های اجتماعی فرد، هنجارها- انگیزه‌ها و طرز تلقی‌ها و رفتارهای او شکل می‌گیرد تا بتواند سازگاری بهتری با جامعه پیرامون فرد و سایرین داشته باشد. لذا بروز مهارت‌های اجتماعی ضعیف منجر به عدم پذیرش فرد توسط دیگران و ناسازگاری می‌شود [۵]. مهارت‌های اجتماعی مجموعه‌ای از توانایی‌ها هستند که: روابط اجتماعی مثبت و مفید را آغاز و حفظ نماید، دوستی و صمیمیت با همسالان را گسترش دهد، سازگاری رضایت بخشی را در او ایجاد کند، به افراد اجازه دهد که خود را با شرایط وفق دهند و تقاضاهای محیط اجتماعی را بپذیرند [۶]. سه مؤلفه از برنامه آموزش مهارت‌های اجتماعی به روابط بین فردی، همدلی، و ابراز وجود اختصاص می‌یابد. ارتباط میان فردی یک تعامل گزینشی- نظامند-منحصر به فرد و رو به پیشرفت است که سازنده شناخت طرفین از یکدیگر و محصول این شناخت بوده و موجب خلق معنای مشترک در بین آن‌ها می‌شود [۷]. به سبب مسائل خاص معلولین، نوعی سردرگمی همراه با کاهش عزت نفس، خود کم‌بینی و خودپنداره منفی همراه با احساس خشم و پرخاشگری همراه است که سبب کاهش فعالیت‌های طبیعی و تعاملات اجتماعی می‌شود. به وسیله آموزش مهارت‌های اجتماعی به معلولین می‌توان وی را برای ادامه یک زندگی مطلوب با کیفیت عالی یاری نمود. بنابراین توجه به نقاط مثبت، تقویت ابراز وجود و احساس خودباوری و خود ارزشمندی از مهمترین کارهایی است که بزرگان دین و علمای تعلیم و تربیت به آن توجه خاصی داشته‌اند. با این توصیف مهارت‌های اجتماعی، مهارت‌هایی هستند که برای افزایش توانایی‌های روانی و اجتماعی به کار می‌رود و افراد را قادر می‌سازد که به طور مؤثری با مقتضیات و کشمکش‌های زندگی روبرو شوند [۷]. یکی از مشکلاتی که گریبانگیر بسیاری از معلولین می‌شود نداشتن صراحت در بیان و قاطعیت در رفتار در مقابل بسیاری از خطراتی است که آنها را تهدید می‌کند و برای رفع این معضل نیاز به آموزش مهارت اجتماعی ابراز وجود ضروری به نظر می‌رسد [۸]. پرخاشگری دفاع کردن از حقوق خود به شیوه‌ای خصمانه است. افراد پرخاشگر سعی می‌کنند، نیازها و خواسته‌های خود را از طریق تسلط، توهین و تحقیر دیگران برآورده کنند. آنها به حقوق و خواسته‌های دیگران اهمیت نمی‌دهند و زمانی احساس کنند مرد تهدید یا بی‌حرمتی واقع شده‌اند به پرخاشگری متوسل می‌شوند [۹].

فقدان مهارت‌های اجتماعی کافی میان افراد دارای معلولیت جسمی و حرکتی ممکن است مشکلات زیادی از قبیل انزوای اجتماعی، افسردگی، مشکلات روانی- اجتماعی متعدد و ... را به وجود آورد. در نتیجه برای این افراد که از مهارت‌های اجتماعی ضعیفی برخوردارند آموزش صحیح به منظور کمک به بهبود مهارت‌ها به نحوی که بتوانند از تعاملات اجتماعی لذت ببرند و نسبت به خود احساس خوبی داشته باشند، الزامی به نظر می‌رسد [۷]. تردیدی نیست که در همه جوامع اقشاری که در معرض آسیب‌های اجتماعی قرار دارند استرس‌های سنگینی را متحمل می‌شوند. در کشور ما نیز معلولین در شرایط فوق‌العاده-

ای دشواری به سر می برند. از طرف دیگر تغییرات سریع و عمیق فرهنگی و اجتماعی زندگی مدرن بسیاری از اقشار آسیب پذیر را در رویارویی با مسایل زندگی دچار مشکل کرده است. به طوری که اکثر آن ها فاقد توانایی ها و مهارت های لازم در مواجهه زندگی جدید بوده اند و بدون دستیابی به این مهارت ها نه تنها بهزیستی اجتماعی، بلکه سلامت روانی فرد نیز به خطر می افتد. بنابراین ضرورت دارد تا تأثیر آموزش مهارت های اجتماعی بر روی مشکلات معلولین بررسی شود [۱۰]. حیدری پور و همکاران در تحقیقی با عنوان «اثربخشی آموزش مهارت های اجتماعی بر هوش هیجانی معلولین جسمی-حرکتی» به این نتیجه رسیدند که آموزش مهارت های اجتماعی بیشترین اثربخشی را بر مؤلفه های روابط بین فردی، روابط درون فردی، خلق عمومی و سازگاری و کمترین اثربخشی را بر مؤلفه کنترل استرس داشته است [۵]. در بررسی هایی که بر روی افراد دارای عزت نفس و ابراز وجود پایین صورت گرفته علائمی چون: شکایات جسمانی، افسردگی و اضطراب، کاهش سلامتی عمومی بدن، بی تفاوتی و احساس تنهایی، تمایل به استناد شکست خود به دیگران، عدم رضایت شغلی و کاهش عملکرد و عدم موفقیت تحصیلی مشاهده گردیده است، به سبب مسائل خاص معلولین، نوعی سردرگمی همراه با کاهش عزت نفس، خود کم بینی و خود پنداره منفی همراه با احساس خشم و پر خاشگری همراه است که سبب کاهش فعالیت های طبیعی و تعاملات اجتماعی می شود. به وسیله آموزش مهارت های اجتماعی به معلولین می توان وی را برای ادامه یک زندگی مطلوب با کیفیت عالی یاری نمود. با توجه به اینکه معلولان از مشکلات سازگاری عیدیه ای چون عدم اعتماد بنفس، مشکلات عاطفی، شغلی، اجتماعی و... رنج می برند و از جامعه منزوی شده اند، امید است با فراگیری مهارت های اجتماعی، کیفیت زندگی و ابراز وجود بهبود یابند. بنابراین در این پژوهش هدف کلی این پژوهش بررسی تأثیر آموزش مهارت های اجتماعی بر پر خاشگری و ابراز وجود معلولین شهر کرمان می باشد.

۲. روش تحقیق

پژوهش از نوع شبه آزمایشی بوده و در آن از طرح پیش آزمون- پس آزمون با گروه آزمایشی و گواه استفاده شد. گروه گواه، شامل گروهی از آزمودنی های تحقیق است که به منظور سنجش تأثیر عوامل تأثیرگذار بر عملکرد آزمودنی ها در پس آزمون، عمل آزمایشی را دریافت نکرده و یا عمل آزمایشی دیگری غیر از آنچه به گروه آزمایشی داده می شود، دریافت می کند. گروه آزمایش و گروه گواه، باید در تمام خصوصیات با هم یکسان و همگن باشند. جامعه آماری تحقیق عبارت از معلولین شهر کرمان بود. ابتدا کلیه معلولین در بهزیستی شهر کرمان که به صورت روزانه در این مرکز حضور داشتند در نظر گرفته شدند. از بین معلولین این مرکز، با استفاده از روش نمونه گیری تصادفی ۳۰ نفر در دو گروه ۱۵ نفری (گروه آزمایش، ۱۵؛ و گروه گواه ۱۵) به عنوان حجم نمونه در نظر گرفته شد. برای انجام این پژوهش، ابتدا پرسشنامه ابراز وجود و پر خاشگری در بین ۳۰ نفر حجم نمونه توزیع و پخش شد و پیش آزمون انجام شد. سپس با استفاده از روش نمونه گیری تصادفی ساده حجم نمونه به دو گروه، گروه گواه ($n = 15$) و گروه آزمایش ($n = 15$) تقسیم شد. یک هفته پس از اجرای پیش آزمون مباحث آموزشی مهارت های اجتماعی به مدت ۸ جلسه ۱/۵ ساعته و ۲ روز در هفته بر روی گروه آزمایش اجرا شد. در هر جلسه محتوا و تکالیف جلسه قبل به طور خلاصه مورد بحث و بررسی قرار گرفت. سپس محتوای جلسه ی جدید آموزش داده می شد. پس آزمون ۵ روز بعد از پایان جلسات بر روی گروه گواه و آزمایش اجرا شد. مهارت های اجتماعی ۱۰ مهارت (۱- مهارت ابراز وجود ۲- مهارت همدلی ۳- مهارت حل مسأله ۴- مهارت گوش دادن ۵- مهارت افشاء خود ۶- مهارت پاداش و تقویت ۷- مهارت توضیح دادن ۸- مهارت ارتباط میان فردی ۹- مهارت آماده سازی و خاتمه دادن ۱۰- مهارت پرسش. در پژوهش حاضر فقط از مهارت ابراز وجود، مهارت همدلی، مهارت ارتباط میان فردی) را در بر می گرفت که از راهنمای آموزش مهارت های اجتماعی به کودکان و نوجوانان (کارتلج و میلبرن، ترجمه نظری نژاد، ۱۳۸۶) و از کتاب مهارت های اجتماعی در ارتباطات میان فردی (ساندرز و دیکسون، ۲۰۰۹) اقتباس شده بود. برای تحلیل داده ها نیز از نرم افزار Spss21 استفاده شد. که در دو سطح آمار توصیفی و استنباطی می باشد. روش های آماری استفاده شده در این تحقیق عبارت از آمار توصیفی شامل جداول میانگین، انحراف معیار و روش های آماری استنباطی شامل آزمون T زوجی و تحلیل کوواریانس می باشد.

جدول (۱): خلاصه جلسات آموزش

جلسه اول	معرفی و آشنایی با یکدیگر، بیان اهداف، بستن قرارداد رفتاری و بیان قوانین کلاس، تعریف و روشن سازی و بحث در مورد مفاهیم مهارت های اجتماعی، روابط بین فردی، ابراز وجود و همدلی
جلسه دوم	ذکر نکاتی در مورد آغاز و خاتمه یک ارتباط، تشکیل جدول سود و زیان برای مقابله با افکار منفی که مانع برقراری ارتباط می گردند، ذکر ویژگی های ارتباط خوب و بد
جلسه سوم	ذکر و توضیح ۵ رمز ارتباط مؤثر
جلسه چهارم	بیان رفتارهای شنیدارهای مثبت، روش های برخورد با افراد خشمگین، تبدیل کردن یک بحث خسته کننده به یک بحث جذاب و بحث در مورد تلاش هایی که گروه در طول این مدت در زمینه روابط بین فردی داشته است.
جلسه پنجم	تعریف ابراز وجود و بیان تفاوت رفتار مبتنی بر ابراز وجود با انواع رفتارهای دیگر
جلسه ششم	ذکر ویژگی های افراد خودابراز، بیان حقوق بشر برای ابراز وجود، ذکر برخی راه های افزایش ابراز وجود، بیان دلایل مؤثر بودن رفتار توأم با ابراز وجود
جلسه هفتم	فراگیری فنون درخواست کردن، نه گفتن، بله گفتن و کنار آمدن با انتقاد
جلسه هشتم	تعریف پرخاشگری، ذکر تأثیرات بد پرخاشگری، و بیان اهمیت کنترل خشم
جلسه نهم	ذکر تأثیرات رایج همدلی پایین و نشانه های رفتاری افراد با همدلی پایین
جلسه دهم	بحث در مورد خطاهای شناختی، و راه های مقابله با آنها در موارد مربوط به روابط بین فردی و همدلی

۳. یافته ها

برای بررسی این فرضیه در ابتدا آزمون t مستقل برای مقایسه نمره های پرخاشگری و ابراز وجود در پیش آزمون در دو گروه گواه و آزمایش انجام شد. نتایج نشان داد که تفاوت معنی داری بین دو گروه وجود ندارد. سپس براساس آزمون آماری T زوجی، تفاوت معنی داری بین دو گروه گواه و آزمایش به تفکیک در پیش آزمون و پس آزمون در سطح ۵ درصد بررسی شد (جدول ۲). به منظور بررسی نمره های پیش آزمون مربوط به قبل از مداخله آموزش مهارت های اجتماعی بر پرخاشگری و ابراز وجود معلولین در دو گروه آزمایش و کنترل از آزمون تحلیل کواریانس استفاده شد (جدول ۳، ۴).

جدول (۲): میانگین و انحراف معیار نمره های پرخاشگری و ابراز وجود گروه آزمون با استفاده از آزمون T زوجی

متغیرها	گروه	تعداد	میانگین	انحراف معیار	تفاوت میانگین ها	df	t	sig
پرخاشگری	پیش آزمون	۱۵	۶۳/۴۷	۵/۳۴	۹/۳۷	۱۴	۸/۸۶	۰/۰۰۰
	پس آزمون	۱۵	۵۴/۱۰	۱۰/۳۷				
ابراز وجود	پیش آزمون	۱۵	۲۶/۶۷	۳/۴۶	-۸/۰۷	۱۴	-۲۰/۸۸	۰/۰۰۰
	پس آزمون	۱۵	۳۴/۷۳	۳/۶۰				

جدول (۳) نشان دهنده نتایج تحلیل کواریانس بر روی متغیر پرخاشگری است. تحلیل داده ها نشان دادند که در مرحله پیش-آزمون، تفاوت بین دو گروه آزمایش و گواه با توجه به پرخاشگری غیرمعنی دار و اثر گروه معنی دار بود. برای بررسی فرضیه فوق باید متغیر گروه بندی مورد تحلیل قرار گیرد. در جدول دیده می شود که p -مقدار برای متغیر «گروه» برابر ۰/۰۰۰ شده است. یعنی حتی در سطح خطای ۱ درصد می توان گروه بندی در نتایج پس آزمون متغیر پرخاشگری تأثیر معنادار داشته است. بنابراین می توان گفت پرخاشگری گروه آزمایش در پس آزمون کاهش معناداری نسبت به گروه کنترل یافته است. براساس ضریب اتا ۶۸ درصد از تغییر واریانس نمره های پرخاشگری براساس آموزش مهارت های اجتماعی تبیین می شود.

جدول (۳): تحلیل کواریانس پس آزمون متغیر پرخاشگری

منبع تغییرات	مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مربعات	آماره F	p-مقدار	مربع ایتا
عرض از مبدأ	۱۳۷۱/۸۸	۱	۱۳۷۱/۸۸	۱۵۴/۷۰	۰/۰۰۰	۰/۷۳۱
پیش آزمون	۲۵۴۰/۳۱	۱	۲۵۴۰/۳۱	۲۸۶/۴۷	۰/۰۰۰	۰/۸۳۴
گروه بندی	۱۰۸۳/۰۱۱	۱	۱۰۸۳/۰۱۱	۱۲۲/۱۳	۰/۰۰۰	۰/۶۸۲
خطا	۵۰۵/۴۴	۲۷	۸/۸۶			
کل	۲۱۵۶۲۹/۰	۳۰				

جدول (۴) نشان دهنده نتایج تحلیل کواریانس بر روی متغیر ابراز وجود است. تحلیل داده‌ها نشان دادند که در مرحله پیش آزمون، تفاوت بین دو گروه آزمایش و گواه با توجه به ابراز وجود غیرمعنی دار و اثر گروه معنی دار بود. برای بررسی فرضیه فوق باید متغیر گروه بندی مورد تحلیل قرار گیرد. در جدول دیده می شود که p-مقدار برای متغیر «گروه» برابر ۰/۰۰۰ شده است. یعنی حتی در سطح خطای ۱ درصد می توان گروه بندی در نتایج پس آزمون متغیر ابراز وجود تأثیر معنادار داشته است. در بخش آمار توصیفی دیده شد که ابراز وجود در پس آزمون گروه آزمایش افزایش داشته است. بنابراین می توان گفت ابراز وجود گروه آزمایش در پس آزمون افزایش معناداری نسبت به گروه کنترل یافته است. براساس ضریب اتا ۸۴ درصد از تغییر واریانس نمره های ابراز وجود براساس آموزش مهارت های اجتماعی تبیین می شود.

جدول (۴): تحلیل کواریانس پس آزمون متغیر ابراز وجود

منبع تغییرات	مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مربعات	آماره F	p-مقدار	مربع ایتا
عرض از مبدأ	۳۵/۹۸	۱	۳۵/۹۸	۱۱/۹۳	۰/۰۰۱	۰/۱۷۳
پیش آزمون	۵۴۴/۹۰	۱	۵۴۴/۹۰	۱۸۰/۶۵	۰/۰۰۰	۰/۷۶۰
گروه بندی	۹۴۷/۱۰	۱	۹۴۷/۱۰	۳۱۴/۰۰۴	۰/۰۰۰	۰/۸۴۶
خطا	۱۷۱/۹۲	۲۷	۳/۰۱			
کل	۵۸۷۲۵/۰۰	۳۰				

۴. نتیجه گیری

نتایج آزمون T زوجی نشان داد که، آموزش مهارت های اجتماعی بر پرخاشگری ($t=۸/۸۶$) مؤثر است. نتایج تحلیل کواریانس نشان داد که تأثیر آموزش مهارت های اجتماعی بر پرخاشگری گروه آموزش موجب کاهش پرخاشگری می شود. نتایج آزمون T زوجی نشان داد که، آموزش مهارت های اجتماعی بر ابراز وجود ($t=-۲۰/۸۸$) مؤثر است. نتایج تحلیل کواریانس نشان داد که تأثیر آموزش مهارت های اجتماعی بر ابراز وجود گروه آموزش موجب افزایش ابراز وجود می شود. یافته های این پژوهش با نتایج برخی تحقیقات مشابه خارجی همسو است. به عنوان مثال مولر و همکارانش (۲۰۱۵) نشان دادند آموزش مهارت های اجتماعی در افراد مبتلا به ضایعه نخاعی با حمایت اجتماعی و کیفیت زندگی بیشتر و افسردگی کمتر مرتبط است. معلولیت جدا از محدودیت ها و مشکلاتی که از نظر کنشی در فرد معلول ایجاد می کند، ممکن است تأثیرات سوء روان شناختی در اثر تعاملات اجتماعی بر شخصیت فردی و اجتماعی معلولین داشته باشد. به عبارت دیگر وجود عواملی مانند کمبود ادغام

اجتماعی، فقدان آموزش و عدم دریافت خدمات و فرصت‌های اجتماعی به دلیل ویژگی‌های نامناسب خدمات و موانع محیطی، پیام‌های اجتماعی منفی به دلیل عدم درک مناسب اجتماع از پدیده معلولیت و معلول (به این معنی که تنها معیار سنجش موفقیت معلول استانداردهای دنیای افراد غیرمعلول است)، نگرش معلول نسبت به معلولیت خود (معلول شرایط خود را یک تنبیه ناعادلانه می‌داند، نمی‌تواند به تجارب موفق افراد غیرمعلول دست پیدا کند) و ... سبب می‌شود که معلولین دارای نارسایی‌هایی گسترده مهارت‌های اجتماعی شوند. نارسایی‌هایی که به دلیل همپوشی بسیاری با حیطه‌های سلامت روانی-اجتماعی به مرور زمان و در رویارویی با مراحل مختلف زندگی، گسترده و حتی تشدید می‌گردند. فقدان مهارت زندگی و نارسایی مهارت‌های اجتماعی که منجر به کمبود ابراز وجود، فقدان انگیزه فردی و اجتماعی، پرخاشگری، مورد سوء استفاده روانی، جسمی و جنسی واقع شدن، ناتوانی در به دست آوردن و حفظ شغل مناسب و متناسب با توانایی‌ها و علایق، کاهش سطح ابراز وجود و در نهایت فقدان سلامت بهینه روانی می‌شود. با توجه به یافته‌های پژوهشی حاضر مبنی بر تأثیر آموزش مهارت‌های اجتماعی بر افزایش ابراز وجود و کاهش پرخاشگری و نیز به دلیل حساس بودن موقعیت معلولان، به مراکز بهزیستی، بنیاد جانبازان، مراکز نگهداری معلولان و مشاوران و روان‌شناسان این مراکز، همچنین به خانواده‌هایی که فرزند معلول دارند، پیشنهاد می‌شود جهت افزایش ابراز وجود، آموزش مهارت‌های اجتماعی مؤثر بر بهبود ابراز وجود را به آن‌ها آموزش دهند.

منابع و مراجع

- ۱) پورحسین هندآباد، پربا، اقلیما، مصطفی، عرشی، ملیحه. (۱۳۹۵). بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های اجتماعی بر مشارکت اجتماعی معلولان جسمی و حرکتی مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد مرکز، زمستان، ۱۳۹۵، دوره ۱۷، شماره ۴.
- ۲) Lucas-Carrasco R, Eser E, Hao Y, McPherson KM, Green A, Kullmann L. (2011). The Quality of Care and Support (QOCS) for people with disability scale: development and psychometric properties. *Res Dev Disabil*, 32(3):1212-25.
- ۳) Karimi H. (2011). [Rehabilitation groups with special emphasis on the social worker services (Persian)]. Tehran: Roshd Publications; 2011.
- ۴) Shahivandi A, Masoud M, Soltani T, Soltani M. (2014). [The role of planning and tailoring of urban sport facilities in increasing physical activity and community participation a case study of Arak city's citizens with hearing and motor disabilities (Persian)]. *Middle Eastern Journal of Disability Studies*. 2014; 4(1):50-58.
- ۵) حیدری پور م، مشهدی ع، اصغری نکاح م. (۱۳۹۲). اثربخشی آموزش مهارت‌های اجتماعی بر هوش هیجانی معلولین جسمی-حرکتی. دو ماهنامه علمی و پژوهشی توانبخشی، ۸ (۳): ۴۶۶.
- ۶) Van Vugt ES, Deković M, Prinzie P, Stams GJ, Asscher JJ. (2012). Evaluation of a group-based social skills training for children with problem behavior. *Children & Youth Services Review*. ۲۰۱۳ ۳۵(۱):۱۶۲-۶۷. doi: 10.1016/j.chy.2012.09.022
- ۷) کربلایی اسماعیلی حر، انوری ن. (۱۳۹۵). بررسی میزان اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی در تغییر نگرش نوجوانان دارای معلولیت. اصفهان: بهزیستی.
- ۸) نجار اصل ن. (۱۳۹۶). اثربخشی آموزش مهارت‌های اجتماعی بر خودپنداره و خشم دانش‌آموزان دختر پایه اول مقطع متوسطه شهرستان بهبهان. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد واحد اهواز.
- ۹) بیابانگرد ا. (۱۳۹۴). مقایسه مهارت‌های اجتماعی دانش‌آموزان دختر دبیرستانی تابینا و ناشنوا و عادی شهر تهران. مجله پژوهش در حیطه کودکان استثنایی، شماره ۵.