

اثربخشی آموزش مهارت‌های اجتماعی بر حرمت‌خود دانش‌آموزان دختر با مشکلات عاطفی و رفتاری

**The Effectiveness of Social Skills Training on Self-Esteem of Female Students with Emotional and Behavioral Difficulties**

**Ahmad Beh-Pajoo**

Professor of Psychology, Faculty of Psychology and Education, University of Tehran, Tehran, Iran.

Corresponding Author: [behpajoo@ut.ac.ir](mailto:behpajoo@ut.ac.ir)

**Malihe Akmal**

MA in Psychology and Education of Exceptional Children, Faculty of Psychology and Education, University of Tehran, Tehran, Iran

**Seyyede Zahra Seyyed-Noori**

Ph.D in Psychology, Faculty of Literature and Humanities, University of Guilan, Rasht, Iran

احمد به‌پژوه (نویسنده مسئول)

استاد روان‌شناسی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، تهران، ایران

ملیحه اکملی

کارشناس ارشد روان‌شناسی و آموزش کودکان استثنایی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، تهران

سیده زهرا سیدنوری

دکترای روان‌شناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه گیلان، رشت، ایران

**Abstract**

The aim of the present study was to examine the effectiveness of social skills training on self-esteem and social skills of female students with emotional and behavioral difficulties. The statistical population consisted of all female students of the third and fourth grades in Tehran, Iran. The participants included 20 female students (10 in experimental group and 10 in control group) were selected by available sampling method. Rutter's Behavior Scale for Parents and Teachers (RBSPT, Rutter, 1976), The Matson Evaluation of Social Skills with Youngsters (MESSY, Matson & Ollendick, 1988) and The Coopersmith Self-Esteem Inventory (CSEI, Coopersmith, 1967) were utilized in this study. In this study quasi-experimental research design was used. A program of social skills training was conducted for the experimental group in ten sessions (75 minutes each) in a period of one month. The Covariance analysis indicated that social skills training were significantly effective in enhancing self-esteem and social skills in the experimental group. According to the findings, social skills training may be suggested as an effective method for enhancing self esteem of elementary students.

**Keywords:** *Self-Esteem, Emotional and Behavioral Difficulties, Social Skills*

**چکیده**

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های اجتماعی بر بهبود حرمت‌خود و مهارت‌های اجتماعی دانش‌آموزان با مشکلات عاطفی و رفتاری انجام شد. پژوهش نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل انجام شد. جامعه آماری پژوهش شامل تمامی دانش‌آموزان دختر پایه‌های سوم و چهارم دبستان‌های شهر تهران بود. نمونه پژوهش ۲۰ دانش‌آموز بود که با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و به‌صورت تصادفی در دو گروه آزمایشی و کنترل جای دهی شدند (هر گروه ۱۰ نفر). برای جمع‌آوری داده‌ها از مقیاس رفتار کودکان راتر برای والدین و معلمان (RBSPT، راتر، ۱۹۷۶)، فهرست مهارت‌های اجتماعی کودکان (MESSY، ماتسون و اولندیک، ۱۹۸۸) و پرسشنامه حرمت‌خود (CSEI، کوپرسمیت، ۱۹۶۷) استفاده شد. برنامه آموزش مهارت‌های اجتماعی در طول ۱۰ جلسه ۷۵ دقیقه‌ای، در گروه آزمایشی اجرا شد. نتایج تحلیل کوواریانس نشان داد آموزش مهارت‌های اجتماعی بر بهبود حرمت‌خود و مهارت‌های اجتماعی دانش‌آموزان، در گروه آزمایشی مؤثر بود ( $P < 0.001$ ). باتوجه به یافته‌های به‌دست آمده می‌توان از برنامه آموزش مهارت‌های اجتماعی به‌منابۀ یک روش مؤثر برای افزایش حرمت‌خود دانش‌آموزان ابتدایی استفاده کرد. از این‌رو، توصیه می‌شود برنامه آموزش مهارت‌های اجتماعی به‌عنوان درس مستقلی در برنامه درسی دانش‌آموزان در نظر گرفته شود.

**واژه‌های کلیدی:** حرمت‌خود، مشکلات عاطفی و رفتاری، مهارت‌های اجتماعی

## مقدمه

مشکلات عاطفی و رفتاری یکی از شایع‌ترین مشکلات دوران کودکی است (گاندور<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۱۹). به طوری که شیوع آن در کودکان و نوجوانان ۱۷/۶ درصد گزارش شده است (سوی<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۲۰). مشکلات عاطفی و رفتاری را می‌توان به‌عنوان اختلال‌های رفتاری درون‌ریز، همچون، افسردگی و اضطراب و اختلال‌های رفتاری برون‌ریز، مانند رفتارهای پرخاشگرانه، اختلال کاستی توجه و بیش‌فعالی و اختلال نافرمانی مقابله‌ای طبقه‌بندی کرد (النکو<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۲۰). این مشکلات در کودکان بر اثر عوامل متعددی به وجود می‌آید که شاید یکی از مهم‌ترین آنها عدم آموزش مهارت‌های اجتماعی است. این کودکان در رابطه با همسالان، والدین و معلمان چالش‌های جدی‌ای را تجربه می‌کنند (الاکاشی<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۲۲).

مهارت‌های اجتماعی، به طیف وسیعی از مهارت‌ها اشاره دارد که عملکرد فرد را در موقعیت‌های بین‌فردی به‌طور مؤثری ارتقا می‌دهد (بریل<sup>۵</sup> و همکاران، ۲۰۲۲). این مهارت‌ها شامل کمک کردن، درخواست کمک یا اطلاعات، تشکر کردن، عذرخواهی، شروع یک مکالمه، پاسخ به سؤال‌ها، پیگیری دستورات، انتظار نوبت، همکاری، پذیرش انتقاد و معرفی خود است (سیمن و کشیجت<sup>۶</sup>، ۲۰۱۰). مهارت‌های اجتماعی دامنه وسیعی دارد و شامل رفتارهایی است که برای پاسخگویی به موقعیت‌های گوناگون و برقراری روابط مناسب با دیگران به کار می‌روند. همچنین مهارت‌های اجتماعی به فرد کمک می‌کند تا بتواند نشانه‌های اجتماعی اطراف خود را ببیند یا احساسات افراد دیگر را درک کند (واقن<sup>۷</sup>، ۱۹۸۵؛ سوهار سیوی و پاندیا<sup>۸</sup>، ۲۰۱۹). در دوره ابتدایی مهم‌ترین تمرکز برنامه‌ها، انتقال کودک از محیط خانه به مدرسه است که این انتقال در اجتماعی شدن کودک تأثیر مهمی دارد. یکی از عواملی که به اجتماعی شدن کودک کمک می‌کند، توانایی تنظیم روابط با دیگران است. این توانایی برای پذیرش همسالان مهم است، زیرا کودکی که می‌تواند روابط اجتماعی خود را کنترل کند، قادر به شناسایی متغیرهای محیطی خواهد بود (ریدل<sup>۹</sup> و همکاران، ۲۰۰۳). کودکانی که به‌آسانی مضطرب یا خیلی زود هیجان‌زده می‌شوند در استفاده از مهارت‌های اجتماعی و راهبردهای حل مسئله دشواری بیشتری دارند. از این رو، بلر<sup>۱۰</sup> (۲۰۰۲) عقیده دارد ساختار مغزی لازم برای رشد این راهبردها، در کودکی میانه (۱۲-۶ سالگی) رشد می‌کند و به‌طور مستقیم با رشد قابلیت‌های اجتماعی و مهارت‌های تحصیلی مرتبط است. او همچنین توصیه می‌کند که مطالعات بیشتری در این حوزه نیاز است و مدارس باید مهارت‌های اجتماعی را به دانش‌آموزان آموزش دهند.

یکی از مؤلفه‌هایی که ارتباط مستقیمی با رشد مهارت‌های اجتماعی دارد، حرمت خود است. حرمت خود به‌عنوان ارزیابی یک فرد از ویژگی‌ها، اسناد و انتظارات خود است (احمد<sup>۱۱</sup> و همکاران، ۲۰۲۱). پژوهش‌ها نشان دادند بین حرمت خود پایین و اضطراب برقراری ارتباط با دیگران، همبستگی وجود دارد (هلاس<sup>۱۲</sup> و همکاران، ۲۰۲۳). همچنین گزارش شده است که بین حرمت خود پایین، سرکوب احساسات مثبت، کاهش سازگاری روانی، احساس تنهایی و افزایش احساسات منفی رابطه نزدیکی

1. Ghandour  
2. Cui  
3. Alenko  
4. Alakashee  
5. Breil  
6. Çimen, & Kocyigit

7. Vaughn  
8. Suharsiw, & Pandia  
9. Rydell  
10. Blair  
11. Ahmed  
12. Holas

وجود دارد (گیشترت<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۰۲؛ کیم<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۱۹). افراد با حرمت خود پایین، در ارتباط با دیگران، خود را کم جرات‌تر و دستپاچه‌تر می‌پندارند. این افراد در زمینه‌های اجتماعی، مضطرب‌تر و همیشه منتظر شکست هستند و نیز بیشتر از افراد با حرمت خود بالا انتظار دارند، از طرف دیگران ارزیابی‌های منفی دریافت کنند. حرمت خود پایین منجر به بروز مشکلات گوناگون، مانند مشکلات رفتاری و پرخاشگری می‌شود (سیادت<sup>۳</sup>، ۲۰۱۵؛ هنریکسن<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۱۷؛ مراد<sup>۵</sup>، ۲۰۲۰). نتایج برخی از پژوهش‌ها نشان داد آموزش مهارت‌های اجتماعی به‌طور معناداری رشد اجتماعی، حرمت خود و سازش‌یافتگی اجتماعی را افزایش می‌دهد (باباخانی<sup>۶</sup>، ۲۰۱۱؛ گکل و داجلی<sup>۷</sup>، ۲۰۱۷؛ پرپس<sup>۸</sup> و همکاران، ۲۰۱۷؛ وندراستو<sup>۹</sup> و همکاران، ۲۰۱۸). به‌طور خاص نتایج پژوهش نوریان<sup>۱۰</sup> و همکاران (۲۰۲۲) نشان داد آموزش مهارت‌های اجتماعی بهترین روش اصلاح رفتار است و تأثیر به‌سزایی بر رشد اجتماعی در دوران کودکی دارد.

پژوهش‌ها نشان دادند مداخله‌های گوناگون مهارت‌های اجتماعی می‌تواند موجب کاهش مشکلات رفتاری و ارتقای عملکرد اجتماعی کودکان با مشکلات عاطفی و رفتاری شود. برای مثال داسیلوا<sup>۱۱</sup> و همکاران، (۲۰۱۸): پارک<sup>۱۲</sup> و همکاران (۲۰۲۳)، بیگی<sup>۱۳</sup> و همکاران، (۲۰۲۲)، ذبیحی حصاری<sup>۱۴</sup> و همکاران، ۱۳۹۸، کاظمی<sup>۱۵</sup> (۲۰۱۴)، مگ<sup>۱۶</sup> (۲۰۰۶) گزارش کرده‌اند که آموزش مهارت‌های اجتماعی در مدرسه می‌تواند سبب ارتقای عملکرد تحصیلی و سازش‌یافتگی و قابلیت‌های اجتماعی دانش‌آموزان شود. اکثر کارشناسان بر این باورند که سال‌های کودکی، زمان مهمی برای آموزش مهارت‌های اجتماعی به آنان است، بنابراین، شناسایی کودکانی که کاستی مهارت‌های اجتماعی دارند، ارائه مداخلات با هدف ارتقای مهارت‌های اجتماعی و اجرای برنامه‌های پیشگیرانه مناسب حائز اهمیت است (زو<sup>۱۷</sup> و همکاران، ۲۰۲۱). بنابراین با توجه به پژوهش‌های انجام شده و خلأ پژوهشی موجود، پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های اجتماعی بر بهبود حرمت خود و مهارت‌های اجتماعی دانش‌آموزان با مشکلات عاطفی و رفتاری انجام شد.

## روش

پژوهش نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل انجام شد. جامعه آماری شامل همه دانش‌آموزان دختر پایه‌های سوم و چهارم دبستان‌های شهر تهران بود. نمونه پژوهش ۲۰ دانش‌آموز دوره ابتدایی بود که به صورت نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. معیارهای ورود به پژوهش، تحصیل در پایه‌های سوم و چهارم، و ملاک‌های خروج، عدم ناتوانی هوشی و مصرف دارو در حین شرکت در برنامه و غیبت بیش از دو جلسه بود.

## ابزار

۱- مقیاس رفتار کودکان راتر برای والدین و معلمان<sup>۱۸</sup> (RBSPT، راتر، ۱۹۷۶): این پرسشنامه از ۳۰ گویه تشکیل شده است و نمره‌گذاری در قالب طیف لیکرت سه درجه‌ای، درست نیست، تا حدودی درست است و کاملاً درست، می‌باشد. اسکاچر<sup>۱۹</sup>

1. Geisthardt  
 2. Kim  
 3. siadat  
 4. Henriksen  
 5. Murad  
 6. Babakhani  
 7. Gökel, & Dağlı  
 8. Probst  
 9. Van der Stouwe  
 10. Nurjanah

11. Da Silva  
 12. Park  
 13. Beygi  
 14. Zabihi Hesari  
 15. Kazemi  
 16. Magg  
 17. Zhu  
 18. Rutter's Behavior Scale for Parents and Teachers (RBSPT)  
 19. Schachar

## The Effectiveness of Social Skills Training on Self-esteem of Female Students with ...

و همکاران (۱۹۸۱) گزارش کردند که اعتبار پیش‌آزمون-پس‌آزمون و اعتبار درونی این پرسشنامه بسیار بالاست و برای فرم معلمان ۰/۸۹ بود. همین‌طور همبستگی بین پاسخ‌های پدران و مادران ۰/۶۴ و بین نمره‌گذاری معلمان ۰/۷۲ بود. در اغلب مطالعات نقطه برش در فرم الف ۱۳ و در فرم ب ۹ بود.

۲- فهرست بررسی ارزیابی مهارت‌های اجتماعی ماتسون<sup>۱</sup> (MESSY، متسون و اولندیک، ۱۹۸۸): این مقیاس به‌منظور ارزیابی مهارت‌های اجتماعی کودکان تهیه شده و شامل ۶۴ سؤال است که بر اساس یک مقیاس پنج درجه‌ای لیکرت از «هیچ وقت (۱) تا همیشه (۵)» درجه‌بندی می‌شود. این مقیاس شامل دو فرم خود گزارش‌دهی و فرم گزارش توسط معلم می‌باشد. در این پژوهش از فهرست مهارت‌های اجتماعی ماتسون فرم معلم استفاده شد. به‌پژوه<sup>۲</sup> و همکاران (۲۰۱۹) بر اساس مطالعات مرتبط، مقدار ضرایب الفای کرونباخ برای پایایی به شیوه همسانی درونی و به شیوه دو نیمه سازی ۰/۸۶ گزارش کرده اند و مطرح کرده اند که این ابزار در ایران اعتبار قابل قبولی دارد.

۳- پرسشنامه حرمت خود کوپراسمیت<sup>۳</sup> (CSEI، کوپراسمیت، ۱۹۶۷): این پرسشنامه دارای ۵۸ سؤال (۸ گویه دروغ‌سنج) و ۵۰ گویه دیگر آن چهار خرده‌مقیاس حرمت خود کلی، اجتماعی، خانوادگی و تحصیلی را می‌سنجد. شیوه نمره‌گذاری آزمون به‌صورت صفر و یک است. افرادی که در این آزمون نمره بالاتر از ۲۵ به دست آورند دارای حرمت خود بالا و افرادی که نمره پایین‌تر به دست آورند، با حرمت خود پایین می‌باشند. حسینی<sup>۴</sup> و همکاران (۲۰۱۹) بر اساس مطالعات مرتبط، میزان روایی همزمان این آزمون را برای پسران ۰/۹۵ و برای دختران ۰/۷۱ و میزان پایایی با روش بازآزمایی را برای دختران ۰/۹۲ و پسران ۰/۹۰ و ضریب اعتماد پرسشنامه را ۰/۸۹ گزارش کردند.

## برنامه مداخله‌ای

بر اساس نتایج پرسشنامه نیازسنجی که توسط والدین کامل شده بود و با توجه به پیشینه پژوهشی، برنامه آموزش مهارت‌های اجتماعی با استفاده از نظریه یادگیری اجتماعی و ایفای نقش طراحی و در ده جلسه ۷۵ دقیقه‌ای به مدت یک ماه در گروه آزمایشی اجرا شد. شرح جلسه‌ها در جدول شماره ۱ ارائه شده است.

## جدول ۱. شرح جلسه‌های آموزش مهارت‌های اجتماعی

جلسه	محتوی جلسه و قصه‌ها	هدف
۱	آشنایی اعضای و سازمان‌های شیوه‌ی درمان	معرفی گروه، بحث درباره اهمیت، ضرورت و اهداف و قواعد گروهی
۲	رفتارهای تکانشی، لجبازی و از کوره در رفتن	شروع گفتگو، برقراری ارتباط با مخاطب و گوش دادن به صحبت دیگران
۳	حساسیت و زودرنجی و پیامدهای آن	افزایش مهارت‌های دوست‌یابی و عوامل تسهیل‌کننده و بازدارنده دوست‌یابی
۴	مرور و بازبینی قصه‌های جلسه‌های ۲ و ۳	معرفی مهارت‌های ورود به گروه، آشنایی با مهارت‌های بازی، مانند نوبت‌گیری، همکاری، صف بستن و افزایش دامنه واژگان ارتباطی
۵	خصوصیات رفتارهای توأم با خشم، پیامد آن	آموزش روش‌های مناسب بیان تقاضا و کمک خواستن از دیگران، تشکر و قدردانی در قبال دریافت کمک و کمک رساندن به دیگران

1. The Matson Evaluation of Social Skills with Youngsters (MESSY)

2. Beh-Pajooch

3. The Coopersmith Self-Esteem Inventory (CSEI)

4. Heidari

۶	مشاهده با مظاهر قدرت و علل و پیامد آن	یافتن راه‌های اثربخش کنار آمدن با احساس مسخره شدن، آموزش روش‌های مقابله‌ای مؤثر و تفاوت انتقاد و مسخره کردن
۷	مرور و بازبینی قصه‌های جلسه‌های ۵ و ۶	آشنایی با مهارت‌های کنترل خشم و این که چه گونه عصبانی نشوم
۸	سرپیچی از قواعد و قوانین و صاحبان قدرت	آشنایی با روش‌های صحیح دفاع از خود
۹	رنجش و آزار دیگران، حساس بودن به رفتار دیگران	آموزش راست‌گویی و پی بردن به راست گفتن در هر شرایطی
۱۰	مرور و بازبینی قصه‌های جلسه‌های ۸ و ۹	خودارزیابی و ارزشیابی از جلسات آموزشی و جمع‌بندی

### نحوه اجرا

بعد از انتخاب افراد نمونه و هماهنگی‌های لازم با مدارس، ابتدا هدف پژوهش برای شرکت‌کنندگان توضیح داده شد و اولیای آنها رضایت خود را اعلام کردند. همچنین به آنها توضیح داده شد که اطلاعات‌شان کاملاً محرمانه خواهد ماند و هر وقت تمایل داشتند حق خروج از پژوهش را دارند. بعد از اینکه از هر دو گروه پیش‌آزمون به عمل آمد، برنامه آموزش مهارت‌های اجتماعی در ده جلسه برای گروه آزمایشی اجرا شد و گروه کنترل مداخله‌ای دریافت نکرد و پس از اتمام دوره آموزشی از هر دو گروه پس‌آزمون به عمل آمد. سپس داده‌های جمع‌آوری شده با تحلیل واریانس چندمتغیری (ANOVA) از طریق نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۶ تجزیه و تحلیل شدند. برای رعایت موازین اخلاقی پژوهش، سلامت و ایمنی آزمودنی‌ها مورد توجه قرار گرفت؛ محتوا و فرایند پژوهش با ارزش‌های جامعه در تناقض نبود و پژوهشگران نتایج پژوهش خود را به صورت صادقانه و دقیق انتشار دادند.

### یافته‌ها

در ابتدا آماره‌های توصیفی (میانگین و انحراف استاندارد) ارائه شده است و سپس به تحلیل آماره‌های استنباطی و یافته‌های آزمون آماری پرداخته شده است. همان گونه که ملاحظه می‌شود، نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد که میانگین دو گروه آزمایشی و کنترل در حرمت خود در پیش‌آزمون تقریباً در یک سطح بوده و بعد از اجرای برنامه مداخله‌ای، نمرات حرمت خود در گروه آزمایشی در پس‌آزمون نسبت به گروه کنترل افزایش یافت. در حالی که نمرات گروه کنترل در مرحله پس‌آزمون نسبت به پیش‌آزمون تغییر قابل توجهی نداشته است. گروه نمونه دارای میانگین سنی ۱۰/۴ و انحراف استاندارد ۰/۹۶ بودند.

#### جدول ۲. میانگین و انحراف معیار نمرات حرمت خود و مهارت‌های اجتماعی در دو گروه آزمایشی و کنترل

پس‌آزمون		پیش‌آزمون		گروه	متغیر
SD	M	SD	M		
۳/۵۶	۳۶/۶۰	۴/۵۰	۲۴/۳۳	آزمایشی	حرمت خود
۳/۳۹	۲۳/۳۳	۳/۸۴	۲۳/۶۰	کنترل	
۲۲/۶۹	۲۲۴/۳۰	۴۳/۶۱	۱۶۴/۲۰	آزمایشی	مهارت‌های اجتماعی
۳۵/۶۴	۱۵۷/۲۰	۳۳/۲۶	۱۶۰/۲۰	کنترل	

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد که میانگین نمرات مهارت‌های اجتماعی در دو گروه آزمایشی و کنترل در پیش‌آزمون تقریباً در یک سطح بوده و بعد از اجرای برنامه مداخله‌ای، نمرات گروه آزمایشی در پس‌آزمون نسبت به گروه کنترل افزایش یافته است. در حالی که نمرات پس‌آزمون گروه کنترل نسبت به پیش‌آزمون تغییرات قابل توجهی نداشته است. در ابتدا، پیش‌فرض‌های آزمون تحلیل کواریانس بررسی و همه مفروضه‌ها تأیید گردید (نرمال بودن از طریق آزمون شاپیرو-ویلک،

## The Effectiveness of Social Skills Training on Self-esteem of Female Students with ...

همگنی واریانس‌ها از طریق آزمون لوین، همگنی ماتریس‌های واریانس-کوواریانس توسط آزمون ام باکس و بررسی همگنی شیب خطوط رگرسیون با آزمون اثرات بین آزمودنی‌ها). آن‌گاه تحلیل کواریانس چندمتغیری برای مقایسه میانگین‌های پیش‌آزمون و پس‌آزمون‌ها اجرا گردید که در ادامه ارایه شده است.

جدول ۳. نتایج آزمون تحلیل واریانس برای مقایسه میانگین حرمت خود و مهارت‌های اجتماعی

منبع تغییرات	F	df	P	Eta <sup>2</sup>
زمان	۱۷/۸۳	(۲و۳۴)	۰/۰۰۰۱	۰/۵۱
گروه	۶۱/۱۲	(۱و۱۷)	۰/۰۰۰۱	۰/۷۸
زمان و گروه	۲۶/۹۲	(۲و۳۴)	۰/۰۰۰۱	۰/۶۱

همان‌طور که ملاحظه می‌شود بین نمرات حرمت خود آزمودنی‌ها در پیش‌آزمون و پس‌آزمون (بدون توجه به عامل گروهی) تفاوت معناداری وجود دارد ( $F_{(۲, ۳۴)} = ۱۷/۸۳, p < ۰/۰۱$ ). توان آزمون در حداکثر خود (۱) بوده و اندازه اثر (برابر با ۰/۵۱) نشان می‌دهد ۵۱ درصد از تغییرات به وجود آمده در نمرات حرمت خود دانش‌آموزان در دو مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون را می‌توان به عامل زمان منتسب کرد. همان‌طور که در جدول ۵ ملاحظه می‌شود بین نمرات مهارت‌های اجتماعی آزمودنی‌ها در پیش‌آزمون و پس‌آزمون تفاوت معناداری وجود دارد ( $F_{(۲, ۲۰۱۶)} = ۲۰/۴۰, p < ۰/۰۱$ ). ضمن این که توان آزمون در حد بالای ۰/۹۹ بوده و اندازه اثر (برابر با ۰/۵۵) نشان می‌دهد ۵۵ درصد از تغییرات به وجود آمده در نمرات مهارت‌های اجتماعی دانش‌آموزان در دو مرحله پیش‌آزمون، پس‌آزمون را می‌توان به عامل زمان منتسب کرد. نمرات مهارت‌های اجتماعی آزمودنی‌های دو گروه نیز در مجموع با یکدیگر تفاوت معناداری داشته ( $F_{(۱, ۱۸)} = ۶۱/۱۲, p > ۰/۰۱$ ) و میانگین نمرات گروه آزمایشی با توجه به جدول شماره ۵ بیشتر از میانگین نمرات گروه کنترل می‌باشد. اندازه اثر (برابر با ۰/۳۹) نشان می‌دهد ۳۹ درصد از تغییرات به وجود آمده در نمرات مهارت‌های اجتماعی دانش‌آموزان را می‌توان به گروه‌بندی آزمایشی منتسب کرد. بین نمرات مهارت‌های اجتماعی آزمودنی‌ها در پیش‌آزمون و پس‌آزمون دو گروه آزمایشی و گروه کنترل تفاوت معناداری وجود دارد ( $F_{(۲, ۲۰۱۶)} = ۲۲/۵۲, p < ۰/۰۱$ ). نتایج به دست آمده نشان می‌دهد که نمرات مهارت‌های اجتماعی گروه آزمایشی (که در پیش‌آزمون ۱۶۴/۲۰ بوده) پس از اجرای برنامه مداخله‌ای، افزایش چشمگیری یافته (۲۲۴/۳۰) است. در حالی که نمرات گروه کنترل در دو آزمون یکسان بوده و به نظر می‌رسد که تغییر محسوسی نداشته است. اندازه اثر (برابر با ۰/۵۶) نشان می‌دهد ۵۶ درصد از تغییرات به وجود آمده در نمرات مهارت‌های اجتماعی دانش‌آموزان گروه آزمایشی در مقایسه با گروه کنترل در دو مرحله پیش‌آزمون، پس‌آزمون را می‌توان به تعامل کاربردی آزمایشی با زمان منتسب کرد. این نتایج نشان از تأثیر مثبت آموزش بر مهارت‌های اجتماعی دانش‌آموزان و ماندگاری آن دارد.

## بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های اجتماعی بر حرمت خود و مهارت‌های اجتماعی دانش‌آموزان دختر با مشکلات عاطفی و رفتاری انجام شد. نتایج نشان داد آموزش مهارت‌های اجتماعی بر حرمت خود دانش‌آموزان با مشکلات رفتاری و عاطفی مؤثر بود. یافته‌های پژوهش حاضر، با نتایج [باباخانی \(۲۰۱۱\)](#)، [هیرش \(۲۰۱۶\)](#) و [گلک و داجلی \(۲۰۱۷\)](#) و [وندراستو و همکاران \(۲۰۱۸\)](#) همخوانی دارد. در تبیین این یافته می‌توان گفت مهارت‌های اجتماعی به‌عنوان پایه ارتباطات، نقش مهمی در جامعه‌پذیری و تعامل با دیگران دارد ([واقن، ۱۹۸۵](#)). بررسی‌های متعدد نشان می‌دهند کمبود

مهارت‌های اجتماعی تأثیر منفی بر عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دارد، در روابط بین‌فردی و حوزه‌های رفتاری و عاطفی مشکل ایجاد می‌کند، مشکلات یادگیری کودک را تشدید می‌کند، مانع پیشرفت او می‌شود و سرانجام به عواقب نامطلوب در دوران تحصیل او می‌انجامد و سازش‌یافتگی دانش‌آموزان را کاهش می‌دهد و آنان را با ناتوانی در تمامی امور مواجه می‌سازد. کودکانی که از نظر مهارت‌های اجتماعی موفق هستند، قادر به برقراری ارتباط شفاف با دیگران می‌باشند، قادر به مکالمه با دیگران و یکپارچه کردن افکارشان به شیوه‌ای مناسب هستند و در خلال یک مکالمه، کمتر دچار وقفه و اشتباه می‌شوند. به‌طور معمول کودکانی که از مهارت‌های اجتماعی بالایی برخوردارند پذیرش و محبوبیت بیشتری در بین همسالان خود دارند و تعاملات مثبت با دیگران به احتمال زیاد می‌تواند موجب افزایش حرمت خود و پذیرش بهتر خود و زمینه‌ساز شکل‌گیری هویت مثبت در این کودکان باشد (واقف، ۱۹۸۵). شایان‌ذکر است کودکی که با کسی رابطه‌ی دوستی ندارد، ممکن است احساس تنهایی کند (گیشتارت و همکاران، ۲۰۰۲). از سوی دیگر مهارت‌های اجتماعی مناسب، می‌تواند به‌عنوان یک سپر محافظتی در مقابل طرد، انزوا و مشکلات تحصیلی کودکان عمل کند. کودکانی که قواعد اجتماعی گروه همسالان را به‌خوبی یاد گرفته و نیز روابط مستحکمی با اعضای خانواده برقرار کرده‌اند، به احتمال زیاد سطح بالایی از حرمت خود را نیز از خود بروز خواهند داد؛ کودکانی که مهارت‌های اجتماعی لازم را کسب کرده‌اند، مفهوم خود مثبت‌تری داشته و این امر موجب می‌شود محدودیت‌ها و توانایی‌های خود را به شیوه صحیح‌تری ارزیابی کنند و در نهایت هویت واقعی خود را بیابند (سیادت، ۲۰۱۵). بنابراین، آموزش مهارت‌های اجتماعی کمک می‌کند تا دانش‌آموزان، عواطف و احساسات خود را به‌خوبی بشناسند، آنها را با دقت ارزیابی کنند و افکار منطقی و غیرمنطقی مرتبط با آنها را دریابند.

همچنین نتایج پژوهش نشان داد آموزش مهارت‌های اجتماعی بر بهبود مهارت‌های اجتماعی دانش‌آموزان با مشکلات رفتاری و عاطفی مؤثر بود. این نتیجه با نتایج پژوهش‌های دیگر (برای مثال، کاظمی، ۲۰۱۴؛ داسیلوا و همکاران، ۲۰۱۸؛ نورجانه و همکاران، ۲۰۲۲؛ پارک و همکاران، ۲۰۲۲) همسو است. در تبیین این یافته می‌توان گفت از آنجایی که آموزش روشی مفید برای افزایش آگاهی و دانش کودکان است، استفاده از این برنامه می‌تواند مهارت‌های کودکان را نیز افزایش دهد و به شناخت بهتر خود کمک کند. همچنین افکار مثبت آنها را تقویت می‌کند و به آنها ابزارهایی می‌دهد تا افکار منفی را به چالش بکشند و به هماهنگی برسند (بیگی و همکاران، ۲۰۲۲). در حین آموختن مهارت‌های اجتماعی افراد متوجه می‌شوند که بین آنها و دیگران تفاوت‌هایی هست و آنها باید این تفاوت‌ها را بپذیرند تا بتوانند به‌طور بهتری در ارتباط و روابط دوستانه خود موفق عمل کنند. علاوه بر این، آموزش مهارت‌های اجتماعی سبب ارتقاء کفایت اجتماعی و افزایش سازگاری اجتماعی می‌شود، رفتارهای منفی را کاهش و ارتباطات مثبت را افزایش می‌دهد و سبب افزایش مسئولیت‌پذیری، پذیرش توسط دیگران و ارتقاء مهارت‌های اجتماعی می‌شوند (ذبیحی حصار و همکاران، ۱۳۹۸). در این ارتباط مدرسه به‌عنوان محلی که کودک ساعات زیادی از زندگی خود را در آن می‌گذراند، نقش مهمی در شناسایی کودکان با مشکلات عاطفی و رفتاری دارد. شناسایی این کودکان و برگزاری برنامه‌های آموزشی متناسب با نیازهای این کودکان می‌تواند از بسیاری از مشکلات، مانند اخراج از مدرسه، رفتار بزهکارانه و سوءمصرف مواد پیشگیری نماید. متأسفانه با وجود اهمیت این موضوع تاکنون هیچ برنامه مدونی برای آموزش مهارت‌های اجتماعی به کودکان با اختلال‌های عاطفی و رفتاری طراحی و اجرا نشده و این امر تا به امروز

اثربخشی آموزش مهارت‌های اجتماعی بر عزت‌نفس دانش‌آموزان دختر با مشکلات عاطفی و رفتاری  
The Effectiveness of Social Skills Training on Self-esteem of Female Students with ...

مورد غفلت واقع شده است. بدیهی است که اجرای یک برنامهٔ درسی مدون برای آموزش مهارت‌های اجتماعی به کودکان، نیازمند همکاری والدین، دانش‌آموزان، معلمان، مدیران و تمام افرادی است که به نحوی با کودکان رابطه دارند. از محدودیت‌های پژوهش، این بود که نتایج حاصل به گروه دانش‌آموزان با مشکلات عاطفی و رفتاری پسر، دانش‌آموزان در شهرهای دیگر و یا دانش‌آموزان استثنایی دیگر، قابل تعمیم نیست. به پژوهشگران آینده توصیه می‌شود علاوه بر حرمت خود، تأثیر آموزش مهارت‌های اجتماعی بر سایر متغیرها، مانند پیشرفت تحصیلی، افسردگی، اضطراب، رفتارهای جرأت‌مندانانه، رفتارهای پر خاشاکانه را نیز بررسی کنند و تأثیر این‌گونه آموزش‌ها را بر ارتقای سلامت روانی و سازش‌یافتگی کودکان مورد مطالعه قرار دهند. پیشنهاد می‌شود مهارت‌های اجتماعی و حرمت خود دانش‌آموزان با مشکلات عاطفی و رفتاری درون‌ریز و دانش‌آموزان با مشکلات عاطفی و رفتاری برون‌ریز مورد مقایسه قرار گیرد. توصیه می‌شود به آموزش این‌گونه آموزش‌ها در برنامه‌های درسی مدارس گنج‌انیده شود.

### ملاحظات اخلاقی

این مقاله برگرفته از رسالهٔ پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی و آموزش کودکان استثنایی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه تهران بوده و در معاونت تحصیلات تکمیلی این دانشگاه ثبت شده است.

### حمایت مالی

این مطالعه هیچ‌گونه حمایت مالی دریافت نکرده است.

### مشارکت نویسندگان

احمد به‌پژوه (استاد راهنما): مدیریت فرایند پژوهش، ویرایش و بازنگری مقاله؛ ملیحه اکملی: جمع‌آوری داده‌ها، انجام آموزش‌ها، تحلیل آماری و تهیه پیش‌نویس اصلی مقاله؛ سیده زهرا سیدنوری: ویرایش و بازنگری اصطلاحات مقاله.

### تعارض منافع

نویسندگان اعلام می‌نمایند که در نتایج این پژوهش هیچ‌گونه تضاد منافی وجود نداشت.

### قدردانی

از دانش‌آموزان دختر شرکت‌کننده در این پژوهش و مدیران مدارس ابتدایی شهر تهران که ما را در انجام این پژوهش کمک کردند، قدردانی می‌گردد.

### منابع

- Ahmed, M.D; Ho, W.K.Y; Begum, S; & Sánchez, G.F.L. (2021). Perfectionism, self-esteem, and the will to win among adolescent athletes: The effects of the level of achievements and gender. *Frontiers in Psychology*, 12, 580446. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.580446>. [Link]
- Alakashee, B; Al Gharabeh, F; El-Mneizel, A; & Aderibigbe, S. (2022). Teachers' views about school students' behavioral problems in the Emirate of Sharjah: An exploratory study. *Heliyon*, 8(6), e09756. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2022.e09756>. [Link]
- Alenko, A; Girma, S; Abera, M. & Workicho, A. (2020). Children emotional and behavioural problems and its association with maternal depression in Jimma town, southwest Ethiopia. *General Psychiatry*, 2;33(4), e100211. <https://doi.org/10.1136/gpsych-2020-100211>. [Link]



- Babakhani, N. (2011). The effects of social skills training on self-esteem and aggression of male adolescents. *Procedia: Social and Behavioral Sciences*, 30, 1565-1570. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.10.304>. [\[Link\]](#)
- Beh-Pajoo, A; Soleymani, M; Ali Afrooz, G; & Gholamali Lavasani, M. (2010). A study on the impact of social skill Training on social adjustment and academic performance in slow learners. *Journal of Educational Innovations*, 9(1), 163-186. [https://noavaryedu.oerp.ir/article\\_78922.html?lang=en](https://noavaryedu.oerp.ir/article_78922.html?lang=en). [\[Link\]](#)
- Beygi, N; Vadaei, S; Sarkoohi, Z; Rashidan, M; Meresht, F.S. & Hekmatipour, N. (2022). The effect of training based on friends' model on the social skills of school-age children. *International Journal of Medical Investigation*, 11 (2) ,101-109. <http://intjmi.com/article-1-842-en.html>. [\[Link\]](#)
- Blair, C. (2002). School readiness: Integrating cognition and emotion in a neurobiological conceptualization of children's functioning at school entry. *American Psychologist*, 57(2), 111-127. <https://doi.org/10.1037//0003-066x.57.2.111>. [\[Link\]](#)
- Breil, S.M; Forthmann, B; & Back, M.D. (2022). Measuring distinct social skills via multiple speed assessments: A behavior-focused personnel selection approach. *European Journal of Psychological Assessment*, 38(3), 224–236. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1027/1015-5759%2Fa000693>. [\[Link\]](#)
- Çimen, N. & Kocyigit, S. (2010). A study on the achievement level of social skills objectives and outcomes in the preschool curriculum for six-year-olds. *Procedia: Social and Behavioral Sciences*, 2, 5612–5618. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.03.915>. [\[Link\]](#)
- Coopersmith, S. (1967). *The Antecedents of Self-esteem*. San Francisco, CA: Freeman. [https://openlibrary.org/books/OL5543113M/The\\_antecedents\\_of\\_self-esteem](https://openlibrary.org/books/OL5543113M/The_antecedents_of_self-esteem). [\[Link\]](#)
- Cui, Y; Li, F; Leckman, J.F; Guo, L; Ke, X; Liu, J; Zheng, Y. & Li, Y. (2020). The prevalence of behavioral and emotional problems among Chinese school children and adolescents aged 6-16: A national survey. *European Children & Adolescents Psychiatry*, 30(2), 233-241. <https://doi.org/10.1007/s00787-020-01507-6>. [\[Link\]](#)
- Da Silva, J.L; De Oliveira, W.A; Zequinão, M.A; & Da Silva Lizzi, E.A; Oliveira Pereira, B; Iossi Silva, M.A. (2018). Results from interventions addressing social skills to reduce school bullying: A systematic review with meta-analysis. *Trends in Psychology*, 26(1), 523-535. <https://doi.org/10.9788/TP2018.1-20En>. [\[Link\]](#)
- Geisthardt, C.L; Brotherson, M.J; & Cook, C.C. (2002). Friendships of children with disabilities in the home environment. *Education and Training in Mental Retardation and Developmental Disabilities*, 37, 235-252. <https://www.jstor.org/stable/23880002>. [\[Link\]](#)
- Ghandour, R.M; Sherman, L.J; Vladutiu, C.J, Ali, M.M; Lynch, S.E; Bitsko, R.H; & Blumberg, S.J. (2019). Prevalence and treatment of depression, anxiety, and conduct problems in US Children. *Journal of Pediatrics*, 206, 256-267.e3. <https://doi.org/10.1016/j.jpeds.2018.09.021>. [\[Link\]](#)
- Gökel, O; & Dağlı, G. (2017). Effects of social skill training program on social skills of young people. *Eurasia Journal of Mathematics, Science and Technology Education*, 13(11), 7365- 7373. <https://doi.org/10.12973/ejmste/79615>. [\[Link\]](#)
- Henriksen, I.O; Ranøyen, I; Indredavik, M.S; & Stenseng, F. (2017).The role of self-esteem in the development of psychiatric problems: A three-year prospective study in a clinical sample of adolescents. *Child Adolesc Psychiatry Ment Health*, 11, 68. <https://doi.org/10.1186/s13034-017-0207-y>. [\[Link\]](#)
- Holas, P; Kowalczyk, M; Krejtz, I; Wisiecka, K; & Jankowski, T. (2023). The relationship between self-esteem and self-compassion in socially anxious. *Current Psychology*, 42, 10271–10276. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02305-2>. [\[Link\]](#)
- Hosseini M, Basiri-Moghadam M, Graminejad N, SoleimaniMoghaddam R.(2019). Studying the Self-Esteem of Gonabad University of Medical Sciences Students Participating in the I'tikaf Ceremony in 2015: A Descriptive Study. 17 (10) :901-912. <http://journal.rums.ac.ir/article-1-4084-fa.html>. [\[Link\]](#)

## The Effectiveness of Social Skills Training on Self-esteem of Female Students with ...

- Kazemi, A; Momenia, S; & Abolghasemi, A. (2014). The effectiveness of life skill training on self-esteem and communication skills of students with dyscalculia. *Procedia: Social and Behavioral Sciences*, 114, 863-866. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.12.798>. [Link]
- Kim, E.S; Hong, Y.J; Kim, M; Kim, E.J. & Kim, J.J. (2019). Relationship between self-esteem and self-consciousness in adolescents: An eye-tracking study. *Psychiatry Investig.* 16(4), 306-313. <https://doi.org/10.30773/pi.2019.02.10.3>. [Link]
- Magg, G.W. (2006). Social skills training for students with emotional and behavioral disorders: A review. *Behavioral Disorders*, 32(1), 4-17. <https://doi.org/10.1177/019874290603200104>. [Link]
- Matson, J.L; & Ollendick, T.H. (1988). *Enhancing children's social skills: Assessment and training*. Pergamon Press. Report an issue with this product or seller. [Link]
- Murad, O. (2020). Social Anxiety in Relation to Self-Esteem among University Students in Jordan. *International Education Studies*, 13, 2, 96-106. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1241876.pdf>. [Link]
- Nurjanah, S; Machmudah, M; Zahroh, C; Ainiyah, N; Hasina, S.N; & Kamariyah, N. (2022). The effect of social skill training of early childhood education during COVID-19 pandemic. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 10(G), 607-612. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2022.9677>. [Link]
- Park, M.N; Moulton, E.E; & Laugeson, E.A. (2022). Parent-assisted social skills training for children with autism spectrum disorder: PEERS for preschoolers. *Focus on Autism and Other Developmental Disabilities*, 38(2), 80-82. <https://doi.org/10.1177/10883576221110158>. [Link]
- Probst, T; Geib, C; Güroff, E; & Mühlberger, A. (2017). Training the social skill “being able to demand” vs. training the social skill “being able to say no”. A randomized controlled trial with healthy individuals. *World Journal of Clinical Pediatrics*, 57,1-5. <https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2017.01.006>. [Link]
- Rutter, M.A. (1976). Children’s Behavior Questionnaire for Completion by Parents: Preliminary finding. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 8(1), 1-11. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.1967.tb02175.x>. [Link]
- Rydell, A.M; Berlin, L; & Bohlin, G. (2003). Emotionality, emotion regulation, and adaptation among 5- to 8-year-old children. *Emotion*, 3(1), 30-47. <https://doi.org/10.1037/1528-3542.3.1.30>. [Link]
- Siadat, S.M. (2016). Effects of social skills teaching on the self-esteem and identity dimensions of the labor children. *Educational Psychology*, 11(37), 83-101. [https://jep.atu.ac.ir/article\\_3665\\_en.html](https://jep.atu.ac.ir/article_3665_en.html). [Link]
- Schachar, R; Rutter, M; & Smith, A. (1981). The characteristics of situationally and pervasively hyperactive children: Implications for syndrome definition. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 22 (4), 375-392. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.1981.tb00562.x>. [Link]
- Suharsiwi, S; & Pandia, W.S.S. (2019) The role of school in developing social skills children with development obstacles. Proceedings of the 5th International Conference on Education in Muslim Society, Jakarta, Indonesia. <http://dx.doi.org/10.4108/eai.30-9-2019.2291194>. [Link]
- Van der Stouwe, T; Asscher, J.J; Hoeve, M; Van der Laan, P.H; Stams, G.J.J.M. (2018). Social skills training (SST) effects on social information processing skills in justice-involved adolescents: Affective empathy as predictor or moderator. *Children and Youth Services Review*, 90, 1-7. <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2018.05.006>. [Link]
- Vaughn, S. (1985). Why teach social skills to learning disabled students? *Journal of learning Disability*, 18, 588-591. <https://doi.org/10.1177/002221948501801005>. [Link]
- Zabihi Hesari, N.K; Hoveizeh, Z; Mokhtari Yousefabad, S.E; Hoseini, T; & Bahadori Jahromi, S. (2019). The Effect of Social Skills Training on Subjective Well-being, Alexithymia, and Social Competence in Children with Oppositional Defiant Disorder. *J Child Ment Health* 2019; 6 (3) :138-148. <http://childmentalhealth.ir/article-1-474-en.html>. [Link]
- Zhu, Y.T; Li, X; Jiao, D.D; Tanaka, E; Tomisaki, E; Watanabe, T; Sawada, Y; Zhu, Z; Ajmal, A; Matsumoto, M; & Anme, T. (2021). Development of Social Skills in Kindergarten: A Latent Class Growth Modeling Approach. *Children (Basel)*, 8(10),870. <https://doi.org/10.3390/children8100870>. [Link]