

بررسی تاثیر آموزش مهارت های اجتماعی بر عزت نفس و خودکارآمدی دانش آموزان دختر پایه سوم مقطع متوسطه دوم

قدسیه سادات حسینی، حسین فکور حاجی یار

۱- گروه علوم تربیتی، واحد آزادشهر، دانشگاه آزاد اسلامی، آزادشهر، ایران

۲- گروه علوم تربیتی، واحد آزادشهر، دانشگاه آزاد اسلامی، آزادشهر، ایران

چکیده

با دیگران و داشتن مهارت های اجتماعی مطلوب، میزان محبوبیت نوجوانان میان همسالان و نزد معلمان، والدین و دیگر بزرگسالان مشخص می کند میزان توانایی فرد و کمیت رفتارهای اجتماعی مطلوبی که از خود نشان می دهد. (مستون و اولندیک، ۱۹۸۸: ۱۹۳).

عزت نفس یکی از مهم ترین نیازهای روان شناختی انسانهاست، میزان عزت نفس و خودکارآمدی یا فقدان آن همه جنبه های اصلی و مهم زندگی بشر را تحت تاثیر قرار می دهد و تاثیرات بلند مدت آن روی تفکر، هیجانات، آرزو ها، ارزشها انتخاب ها و کلیه اهداف زندگی ما موثر خواهد بود. وجود ضعف در مهارت های اجتماعی منجر به مشکلات رفتاری در برخورد با دیگران و همین طور باعث یاس و ناامیدی و کاهش عزت نفس و خودکارآمدی می شود. بنابراین والدین به هنگام رشد و تعلیم فرزندان خود در به کارگیری روشهای خوب و موثر برای آموزش مهارت های اجتماعی و پرورش عزت نفس و خودکارآمدی فرزندان نقش به سزایی دارند. بدون تردید دانش آموزانی که دارای عزت نفس و خودکارآمدی کمی هستند، کم و بیش در نارسایی هایی در زمینه مهارت های اجتماعی هستند و این گونه نارسایی ها پیش بینی کننده انواع مختلفی از مشکلات عاطفی، شخصیتی، سازگاری، خودکارآمدی و مهارت های حل مسئله و تحصیلی کوتاه مدت و دراز مدت می باشد (گرشام و همکاران، ۲۰۱۰: ۱۹۹).

مهارت های اجتماعی نوجوانان تاثیر زیادی بر میزان محبوبیت ایشان دارد. برخی از کودکان منزوی و خجالتی اند و برخی دیگر آشفته و پرخاشگر، سایرین نیز ممکن است دارای عزت نفس، سطح فعالیت بالا، خودکارآمدی و یا رفتارهای دوستانه با دیگران باشند. نوجوانانی که با هر کسی کنار می آیند و می دانند که هر کاری را چه موقع باید انجام دهند. همچنین نوجوانانی محبوب هستند، نوجوانانی که می دانند با یک تازه وارد چگونه باید رفتار کنند، از وی سوال بپرسند، به او اطلاعات بدهند و یا در فعالیت های خود شرکت دهند. این کودکان نسبت به هم کلاسی های خود

هدف کلی پژوهش حاضر بررسی تاثیر آموزش مهارت های اجتماعی بر عزت نفس و خودکارآمدی دانش آموزان دختر پایه سوم متوسطه دوم شهر مینودشت در سال تحصیلی ۹۴-۹۳ است. بدین منظور به روش نمونه گیری تصادفی چند مرحله ای از دو دبیرستان متوسطه دوم شهر مینودشت ۳۶ نفر انتخاب شدند که ۱۸ نفر در گروه کنترل و ۱۸ نفر در گروه آزمایش قرار گرفتند. سپس هر دو گروه آزمایش و کنترل به پرسشنامه عزت نفس کوپر اسمیت و خودکارآمدی اجتماعی کنلی را پاسخ دادند؛ سپس گروه آزمایش ۸ جلسه آموزش مهارت های اجتماعی (همدلی، تصمیم گیری، حل مسئله، ابراز وجود) را دریافت نمودند و گروه کنترل برنامه عادی روزانه خود را گذراند. پس از هر دو گروه پس از آزمون به عمل آمد و داده های به دست آمده با استفاده از نرم افزار SPSS مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتایج حاصله نشان داد که آموزش مهارت های اجتماعی بر عزت نفس و خودکارآمدی تاثیر مثبت و معنا داری دارد، و به طور کلی نتایج نشان داد آموزش مهارت های اجتماعی بر عزت نفس و خودکارآمدی دانش آموزان دختر پایه سوم متوسطه دوم شهر مینودشت تاثیر مثبت دارد.

واژگان کلیدی: آموزش مهارت های اجتماعی- عزت نفس- خودکارآمدی-

مقدمه:

بنا به تعریف مهارت های اجتماعی به رفتار های آموخته شده و مقبول جامعه اطلاق می شود، رفتارهایی که شخص، می تواند با دیگران به نحوی ارتباط متقابل برقرار کند که به بروز پاسخ های مثبت و پرهیز از پاسخ های منفی بیانجامد (کارتلج و میلیرن، ۱۹۸۵، ترجمه نظری نژاد، ۱۳۶۹: ۲۱). در این راستا مهارت های اجتماعی بر تمامی جنبه های زندگی نوجوانان سایه می افکند و بر سلامت روانی، سازگاری و شادکامی عزت نفس و خودکارآمدی بعدی آن ها تاثیر می گذارد. توانایی فرد از نظر کنار آمدن