

# آموزش‌های مهارت‌های اجتماعی راحت‌بخش رویکردی نو

## چکیده

با توجه به اهمیت تعلیم و تربیت کاربردی در زندگی روزانه‌ی دانش‌آموزان و به‌ویژه کودکان، مقاله‌ی حاضر به لزوم آموزش مهارت‌های اجتماعی به‌عنوان یکی از جنبه‌های یادگیری کاربردی در مدارس پرداخته و ضمن آشنایی خواننده با مفهوم مهارت‌های اجتماعی، علل نقص در مهارت‌ها را توضیح داده است. به‌علاوه، رویکردی نو و کاربردی در آموزش مهارت‌های اجتماعی ارائه می‌دهد.

## کلیدواژه‌ها:

آموزش مهارت‌های اجتماعی،  
تقویت رفتار،  
مشکلات رفتاری.

## مقاله

تصویرساز: میثم موسوی

منصور سلیمانی

کارشناس ارشد روان‌شناسی دانشگاه تهران، عضو کمیته‌ی پژوهشی آموزش و پرورش خدابنده

در سال‌های اخیر توجه زیادی به مبحث تعامل اجتماعی شده است. چرا که بررسی‌های متعدد نشان می‌دهند، کمبود مهارت‌های اجتماعی:

● تأثیر منفی بر کارکرد تحصیلی دانش‌آموزان دارد [Ray & Elliott, 2006];

● در روابط بین‌فردی و حوزه‌های رفتاری-عاطفی مشکل ایجاد می‌کند [Randy & Michelle, 2008];

● مشکلات یادگیری کودک را تشدید می‌کند، مانع پیشرفت او می‌شود و سرانجام به عواقب نامطلوب در دوران تحصیل او می‌انجامد.

● سازگاری دانش‌آموزان را کاهش می‌دهد و آن‌ها را با ناتوانی در تمامی امور مواجه می‌سازد [Hyatt & Filler, 2007];

● در دانش‌آموزانی که قادر به انجام خواسته‌های کلاسی نیستند، احساس دردناکی از بی‌کفایتی، اضطراب، کاهش انگیزش و ناسازگاری‌های رفتاری به وجود می‌آورد [Levine & Barringer, 2008].

متأسفانه، رفتارهای اجتماعی به‌عنوان جزئی از دروس مدرسه‌ای، همیشه مورد بی‌توجهی قرار گرفته‌اند و فقط زمانی به این مهم توجه می‌شود که دانش‌آموز از خود رفتاری نامناسب و مغایر با آنچه که مورد نظر اولیاست، نشان دهد. احتمالاً وجود چنین وضعیتی مربوط می‌شود به تأکید بیش از اندازه آموزگاران بر آموزش معدود مهارت‌هایی که از دیدگاه آنان با ارزش هستند، و یا عدم احساس مسئولیت آموزگاران نسبت به آموزش مهارت‌های اجتماعی؛ گویی که جزئی از مسئولیت ایشان نیست. لذا با توجه به اجتماعی بودن انسان‌ها و احتیاج آن‌ها به تعامل با دیگران، برای برآوردن نیازهای عاطفی، اجتماعی و زیستی لازم است با شمار و پیچیدگی قواعدی که باید برای تعامل با دیگران بدانیم، آشنا شویم و به طرز صحیحی آن‌ها را به کار ببریم.

رفتار اجتماعی با توجه به اهداف اجتماعی به‌طور طبیعی به‌دست نمی‌آید. کودک برای اجتماعی شدن به آموزش نیاز دارد. فراگیری مهارت‌های اجتماعی در این روند، اهمیت و نقش اساسی دارد.

بدون کسب مهارت‌های اجتماعی، امکان ارتباط سالم میسر نیست و سلامت زندگی فردی و اجتماعی تهدید و مختل خواهد شد. کسب مهارت‌های اجتماعی اساس اجتماعی شدن آدمی در تمامی فرهنگ‌ها بوده که در دو یا سه قرن اخیر مورد توجه قرار گرفته است.

مقاله حاضر در نظر دارد، ضمن آشنا ساختن والدین و آموزگاران با ضرورت آموزش مهارت‌های اجتماعی، برای آموزش مهارت‌های اجتماعی راهکارهایی عملی ارائه دهد.

## مفهوم مهارت‌های اجتماعی

مهارت‌های اجتماعی رفتارهایی هستند که به مردم برای کنش متقابل با دیگران کمک می‌کنند. در مدرسه، کنش متقابل ممکن است با هم‌کلاسی‌ها، معلمان و سایر کارکنان مدرسه باشد. در مراحل بعدی زندگی، این کنش متقابل با همکاران، سرپرستان، دوستان و افراد دیگری برقرار می‌شود که شخص ملاقات می‌کند [Randy & Michelle, 2008].

اگرچه تعاریف زیادی برای مهارت‌های اجتماعی ارائه شده، اغلب صاحب‌نظران عقیده دارند که مهارت‌های اجتماعی هفت ویژگی دارند:

- ابتدا از طریق یادگیری (برای مثال، مشاهده، الگوسازی، تمرین و بازخورد) کسب می‌شوند.
- شامل رفتارهای غیرکلامی و کلامی مجزا و خاصی هستند.
- عاطفه و رفتار مناسب را نیز دربرمی‌گیرند.
- از طریق تقویت اجتماعی ارتقا می‌یابند.
- شامل تعامل با محیط و همراه با واکنش‌های مناسب می‌شوند.
- انجام آن‌ها از ویژگی‌های محیطی تأثیر می‌پذیرد.

بنابراین، مهارت‌های اجتماعی رفتارهایی هستند که آموخته می‌شوند و بر روابط با هم‌سالان و بزرگ‌سالان تأثیر می‌گذارند. معمولاً مهارت‌های اجتماعی را به‌عنوان صفات شخصیتی عمومی در نظر نمی‌گیرند و آن‌ها را رفتارهای خاص موقعیتی و مجزایی می‌دانند که سن، جنس، وضعیت اجتماعی و تعامل با دیگران، بر آن‌ها تأثیر می‌گذارند.

آموزش مهارت‌های اجتماعی چهار هدف اولیه دارد:

الف) بهبود فراگیری مهارت‌های اجتماعی؛

ب) بهبود عملکرد مهارت‌های اجتماعی؛

ج) کاهش یا برطرف کردن مشکلات رفتاری؛

د) تسهیل تعمیم‌دهی و نگهداری مهارت‌های اجتماعی.

هنگام برنامه‌ریزی یک برنامه آموزش مهارت اجتماعی، مسائل متعددی وجود دارند که باید مورد ملاحظه قرار گیرند. مهم‌ترین مسئله شاید موقعیت رشدی کودک باشد که همواره در حال تغییر است. رفتارهایی که برای سن خاصی مناسب هستند، ممکن است برای سن دیگر زود یا دیر باشند. این موضوع نیز در مورد روش‌های درمانی مصداق دارد. ما همواره باید این ملاحظات رشدی را به هنگام طراحی راهبردهای مداخله‌گرانه و ارزیابی آن‌ها در نظر بگیریم [متسون و اولندیک، ۱۳۸۴].

## علل نقص در مهارت‌های اجتماعی

در مورد علل نقص در مهارت‌های اجتماعی نظرات متعددی وجود دارد. برخی روان‌شناسان معتقدند، مشکلات اجتماعی ممکن است از فقدان انگیزش و توانایی‌های شناختی برای کاربرد رفتارهای

اجتماعی، ناشی شود. یک دلیل دیگر برای نقص در این مهارت‌ها می‌تواند این باشد که دانش‌آموزان ارتباطات غیرکلامی را بد تعبیر می‌کند. **گرشام و ایوت**<sup>۱</sup> (۱۹۹۳) پنج علت را برای نقص در مهارت‌های اجتماعی ذکر کرده‌اند که عبارت‌اند از: فقدان دانش کافی؛ نداشتن تمرین و بازخورد کافی؛ عدم دریافت تقویت؛ مشکلات رفتاری؛ فقدان فرصت کافی. این عوامل ممکن است همگی به‌نوعی به نقص در مهارت‌های اجتماعی منجر شوند.

## رویکرد جدید در تدریس مهارت‌های اجتماعی

روش‌های تدریس مهارت‌های اجتماعی زیر عنوان سه رویکرد نظری دسته‌بندی می‌شوند (شرطی‌سازی عامل، یادگیری اجتماعی، و شناختی-رفتاری) که از لحاظ تمرکز درمانی (برای مثال، تفکر کودکان، مهارت‌های حل مسئله و رفتار کودکان) و فعالیت‌های مربوط به شیوه‌های درمان (برای مثال، الگودهی و تقویت رفتارهای مناسب) متفاوت هستند. چهار فرایند اساسی زیربنای روش‌های مداخله در مهارت اجتماعی را تشکیل می‌دهند. این فرایندها

**رویکرد کلاس‌پذیرا (پاسخ‌ده)، نمونه‌ای از رویکرد کلی پیش‌گیری جامع مدرسه و مداخله‌ای است که ساختار مهارت‌های اجتماعی، توانمندسازی تحصیلی و حمایت اجتماعی را یکپارچه می‌کند**

«متغیرهای آموزشی» نام‌گذاری شده‌اند که شامل آموزش، تمرین، تقویت، بازخورد و فرایندهای کاهشی هستند.

رویکرد جدید یا رویکرد «کلاس‌پذیرا»<sup>۲</sup> برنامه‌مهارتی مجزایی نیست، بلکه در آن تلاش بر این است که مهارت‌های اجتماعی در کارکردهای روزانه مدرسه گنجانده شود. این مهارت‌های ضمنی همه سطوح پیش‌گیری (اولیه، ثانویه و ثالث) را شامل می‌شوند و می‌توان آن‌ها را در مدرسه (راهروها و غذاخوری)، اتوبوس و زمین بازی تمرین کرد.

هفت اصل راهنمای این رویکرد عبارت‌اند از:

۱. برنامه اجتماعی به اندازه برنامه تحصیلی اهمیت دارد.
۲. این که کودکان چگونه یاد می‌گیرند، به اندازه چرایی یادگیری مهم است.
۳. بیشترین رشد شناختی از طریق تعامل اجتماعی اتفاق می‌افتد.
۴. برای موفقیت تحصیلی و اجتماعی به یک مجموعه از مهارت‌ها (همکاری، جرئت‌ورزی، مسئولیت‌پذیری، همدردی و خودکنترلی) نیاز است.
۵. توجه به ابعاد فردی، فرهنگی و رشدی به اندازه محتوای تدریس اهمیت دارد.

۶. آگاهی از شرایط خانواده دانش‌آموز و شریک کردن آن‌ها در کار آموزش دارای اثرات مثبتی است.

۷. چگونگی همکاری بزرگسالان در مدرسه، به اندازه توانمندی‌های فردی آن‌ها مهم است.

**چرنی (۱۹۹۲)** می‌گوید: بسیاری از کودکان در ابتدای ورود به مدرسه نمی‌دانند که چگونه به‌طور اجتماعی رفتار کنند. آن‌ها غالباً برای آن که بتوانند انتظارات رفتاری را در کلاس درس برآورده کنند، به آموزش نیاز دارند. در نتیجه این آموزش محیط یادگیری راحتی برای دانش‌آموزان و معلم ایجاد می‌شود. او اعتقاد دارد که معلم نیاز دارد که شش هفته اول مدرسه، نه تنها بر مرور مواد درسی سال‌های گذشته، بلکه بر تدریس به کودکان درباره انتظارات کلاس درس بدون نگرانی، و درباره مقدار برنامه تحصیلی در حال اجرا، تمرکز داشته باشد.

رویکرد کلاس‌پذیرا (پاسخ‌ده)، نمونه‌ای از رویکرد کلی پیش‌گیری جامع مدرسه و مداخله‌ای است که ساختار مهارت‌های اجتماعی، توانمندسازی تحصیلی و حمایت اجتماعی را یکپارچه می‌کند. این رویکرد آموزشی، تدریس مهارت‌های تحصیلی و اجتماعی را به‌عنوان قسمتی از زندگی روزانه در مدرسه و به‌صورت منسجم در نظر می‌گیرد و شامل شش بخش به این شرح است: ملاقات صبحگاهی؛ سازمان کلاس؛ قوانین و نتایج منطقی؛ اکتشاف هدایت‌شده؛ فرصت انتخاب تحصیلی؛ ارزیابی؛ گزارش‌دهی. مؤلفه‌های رویکرد کلاس‌پذیرا، از طریق تمرین‌های معلمان و محققان آموزشی-رشدی تکامل یافته و اصلاح گردیده‌اند.

**ملاقات روزانه:** با تمرین احوال‌پرسی شروع می‌شود. دانش‌آموزان، پس از آن که اخبار و اطلاعات تحصیلی و اجتماعی را تبادل کردند، در فعالیت‌های انگیزشی شرکت می‌کنند و بر قسمت‌های شناختی روزی که پیش‌رو دارند، متمرکز می‌شوند. آن‌ها با معلمشان دایره‌وار می‌نشینند و حس تعلق، اهمیت و شادی را تجربه می‌کنند. ملاقات روزانه آهنگ خود را در کل روزهای مدرسه حفظ می‌کند. این آداب روزانه، حس اجتماعی و جو حمایتی پدید می‌آورد که موجب ورزیدگی در مهارت می‌شود. ملاقات روزانه، به‌عنوان تمرینی آشنا در ساختار منطقی کودک، موجب افزایش مهارت‌های ارتباطی او می‌شود.

**سازمان کلاس:** در این شیوه آموزشی، معلمان به سطوح رشدی دانش‌آموزان، تناسب مبلمان کلاس، امور روزمره کلاس، موقعیت قرارگیری دانش‌آموزان و عامل‌های زمانی متناسب با آن، توجه ویژه‌ای دارند. به‌علاوه، تمرین‌ها نکته اصلی در کلاس‌های مقدماتی و ابتدایی هستند و به دوره‌های بعدی گسترش پیدا می‌کنند.

**مؤلفه قوانین و نتایج منطقی:** رویکردی انضباطی است که هدف آن ایجاد خودکنترلی در دانش‌آموزان است تا توانایی‌های آن‌ها تقویت شود. در امور تحصیلی و انسانی استقامت پیدا کنند و راه‌های مراقبت از همسالان و بزرگسالان را یاد بگیرند. در این شیوه،

به دانش آموزان توصیه می‌شود قوانینی وضع کنند که برای همه اعضای کلاس، امکان برآوردن اهداف کلاس را فراهم کنند. در پیامدهای منطقی تأکید می‌شود، مسئولیت رفتار نادرست با دانش آموز است، ولی به دانش آموز، اجازه یافتن رفتار درست و یادگیری از اشتباهات داده می‌شود (ضمن حفظ شأن دانش آموز).

**فرصت انتخاب تحصیلی:** دادن حق انتخاب به دانش آموز، به رشد حس مالکیت او کمک می‌کند. به دانش آموزان به‌طور منظم در مورد یادگیری‌شان فرصت انتخاب داده می‌شود (افزایش انگیزش دانش آموزان). در چنین کلاس درسی، تأکید بر الگودهی، تمرین و بازی نقش انتظارات رفتاری است.

**روش اکتشافی هدایت‌شده:** معرفی اطلاعات به شیوه‌ای که خلاقیت و مسئولیت‌پذیری را تشویق کند و مراحل برای دامنه وسیعی از فعالیت‌های تحصیلی به وجود آورد. در این روش، برنامه‌ریزی دقیقی برای استفاده از توانمندی‌های بالقوه دانش آموزان انجام می‌گیرد. معلمان اجازه دارند، کلاس‌هایی ایجاد کنند که دانش آموزان بتوانند تعادلی در کارهای محول‌شده از جانب معلم و کارهایی که از طریق مجموعه توانمندی‌های خود انتخاب می‌کنند، پدید آورند. این انتخاب به دانش آموزان فرصت می‌دهد، استقلال و همکاری، تحقیق و مطالعه مهارت‌ها، تولید کار مداوم و ارائه کارها به هم‌سالانشان را تمرین کنند.

و سرانجام، کلاس پذیرا معلمان را تشویق می‌کند، در مورد مجموعه روش‌های جای‌گزین ارزیابی کارهای دانش آموزان به کاوش بپردازد و این ارزیابی‌ها را با اندازه‌گیری‌های استاندارد ترکیب کند. همچنین، این رویکرد از گزارش پیشرفت دانش آموز به والدین (در یک پیوستار در مقایسه با نمره‌های مجزا) حمایت می‌کند. در این رویکرد، معلمان انتظار دارند که والدین و دانش آموزان در اهدافی که در ابتدای هر سال معین می‌کنند، درگیر شوند. بنابراین، رابطه‌ای معنی‌دار با تمرکز بر آموزش و پرورش به‌وجود می‌آید. ویژگی‌های ساختاری کلاس پاسخ‌ده عبارت‌اند از: ساختمان مدرسه، موقعیت و شرایط طبیعی که در حفظ مهارت‌های اجتماعی معرفی شده نقش ایفا می‌کنند، و الگوها و روش‌های تدریس، به‌خاطر ماهیت فراگیر این برنامه، تعمیم‌دهی مهارت‌ها به محیط خارج از مدرسه نیز میسر است [Elliot, et al, 2001].

## نتیجه‌گیری

رویکرد کلاس پذیرا راهی برای تدریس با تأکید بر رشد اجتماعی، عاطفی و تحصیلی در مدرسه است و شامل راهبردهای عملی برای توانمندسازی کودکان در حوزه‌های عاطفی و اجتماعی است. به این منظور فراهم‌سازی محیط آموزشی صمیمی و با عاطفه را توصیه می‌کنیم. مدل ارائه‌شده در مقاله حاضر بر آموزش مهارت‌های همکاری، جرئت‌ورزی، مسئولیت‌پذیری، همدلی، خودکنترلی و

نشان دادن این مهارت‌ها از جانب دانش آموز متمرکز است. این مهارت‌ها ابتدا به دانش‌آموزان تدریس می‌شوند (بیان کلامی، الگودهی، تدریس خصوصی، بحث گروهی، پرسش و پاسخ و...) و بعد دانش آموزان به تمرین مهارت‌های مذکور می‌پردازند. در ادامه نیز به دانش آموزان بازخورد ارائه می‌شود. همچنین، علاوه بر رویکردهای سنتی، از رویکردهای جدید مانند بازشناسی مهارت در طول روز، سازمان‌دهی کلاس درس متناسب با ویژگی‌های روانی و جسمانی، قوانین و نتایج منطقی، روش اکتشافی هدایت‌شده، فراهم‌سازی فرصت انتخاب، ارزیابی، گزارش‌دهی و پروژه‌های خاص به‌منظور تعمیم‌دهی مهارت‌ها به محیط خارج از مدرسه استفاده می‌شود.

از فواید اصلی آموزش مهارت‌های اجتماعی می‌توان به برقرار ساختن رابطه دوستانه و حفظ رابطه موجود اشاره کرد. فایده‌های دیگر آن تأیید اجتماعی، دریافت تقویت و... است. درضمن، دانش‌آموزی که مهارت‌های اجتماعی لازم را کسب کرده، توانایی مواجهه شدن با رفتارهای غیرمنطقی دیگران را دارد و از ارائه پاسخ‌های منفی به دیگران اجتناب می‌کند. آموزش مهارت‌های اجتماعی جنبه مهمی از آموزش‌های مدرسه کارآمد است و در تسهیل یادگیری افراد و ایجاد محیطی صمیمی و سرشار از حمایت و انگیزش برای یادگیری در مدرسه، بسیار مؤثر است. به این ترتیب، موفقیت اجتماعی و محیط آموزشی حمایت‌کننده دست‌به‌دست هم می‌دهند تا افراد در حوزه تحصیلی توانمند شوند. بنابراین به‌طور مستقیم و غیرمستقیم در موفقیت‌های تحصیلی مؤثرند.

خلاصه کلام، با آموزش مهارت‌های اجتماعی مناسب می‌توان ضمن آموزش مفاهیم تحصیلی، به بعد پرورشی نهاد آموزش و پرورش پرداخت و شهروندانی رشد یافته در ابعاد گوناگون تربیت کرد.

## پی‌نوشت

1. Gresham & Elliott
2. Responsive Classroom

## منابع

1. مسنون، جانی و اولندیک، توماس (۱۹۸۸). بهبودبخشی مهارت‌های اجتماعی کودکان: ارزیابی و آموزش. ترجمه احمد به‌پژوه. اطلاعات. تهران. ۱۳۸۴.
2. Elliott, S. N., & Gresham, F. M. (1993). Social skills interventions for children. *Behavior Modification*, 17, 287313-.
3. Elliott, S. N., Malecki, C. K., Demarary, M. K. (2001). New Direction in Social Skills Assessment and Intervention for Elementary and Middle School Students. *Exceptionality*, 9, 1932-.
4. Eva; Bosca (2003). *School Adjustment of Borderline Intelligence pupils*. Summary of doctoral thesis. University of Cluj-Napoca. Faculty of psychology and education sciences.
5. Hyatt, Keith. J., Filler, John.w. (2007). A Comparison of the Effects of Two Social Skill Training Approaches on Teacher and Child Behavior, *Journal of Research in Childhood Education*, 22, 1, 850.
6. Levine, Mel., Barringer, Mary-Dean (2008). Getting the Lowdown on the Slowdown. *Principal*, 87, 3, 1418-.
7. Randy, L. S., Michelle, J. (2008). Exploring the Effects of Social Skills Training on Social Skill Development on Student Behavior. *National Forum of Special Education Journal*, 19, 1, 18-.
8. Ray, Corey, E., Elliott, Stephen. N. (2006). Social Adjustment and Academic Achievement: A Predictive Model for Students with Diverse Academic and Behavior Competencies. *School Psychology Review*, 35, 3, 493501-.