

بررسی چگونگی روش تقویت مهارت های اجتماعی معلمان

سعیده رزاقی

۱. ابواب جمعی اداره کل آموزش و پرورش استان تهران، واحد آموزش و پرورش ناحیه ۱ شهر ری، کارشناسی ارشد مدیریت کارآفرینی
گرددشگردانشگاه علم و فرهنگ، گروه علوم تربیتی، ایران ۷۶۰۷۷۶۹۷@gmail.com s

چکیده

با توجه به تغییرات و پیچیدگی های روز افزون جامعه و گسترش روابط اجتماعی، آماده سازی افراد، جهت رویارویی با موقعیت های دشوار، امری ضروری به نظر می رسد به همین دلیل روان شناسان جهت پیشگیری از بیماری های روانی و نابهنجاری های اجتماعی، آموزش مهارت های زندگی را در سراسر جهان و در سطح مدارس آغاز نموده اند هدف اصلی این پژوهش افزایش مهارت اجتماعی معلمان ناحیه یک ری در سال تحصیلی ۹۹-۲۰۰۰ بوده است. پژوهش حاضر به روش اقدام پژوهی انجام شده است. جهت اجرای این طرح، توسط پژوهشگر به طور متوسط ۵ ماه و هر هفته ۱ جلسه برای همکاران، آموزش داده شده است. اینجانب سعیده رزاقی کارشناس واحد قرآن در سال تحصیلی ۹۹-۲۰۰۰ رفتارهای قابل قبولی که فرد را قادر می سازد با دیگران رابطه موثر داشته باشد در همکاران مشاهده کردم. لذا تصمیم گرفتم که برای توانمندی افراد در برخورد با مسایل مختلف زندگی وقت و هزینه صرف بنمایم. به منظور ایجاد حساسیت و برانگیختن انگیزه همکاران جهت همکاری و حضور در کلاس های آموزشی در جلسه ۹۹/۷/۱۵ دعوت از آنها راجع به مهارت اجتماعی و توانمندی افراد در برخورد با مسایل و مشکلات مختلف زندگی، وجود روابط اجتماعی و عوامل در رشد مطلوب، بحث و گفتگو کردم. این ایجاد حساسیت باعث شد که در این امر عملکرد موفق تری داشته باشم. بطوریکه تعداد زیادی از همکاران تقاضای کلاس های متعدد آموزشی نمودند. و با رعایت مهارت های زندگی توسط اینجانب به عنوان مربی صرف آموزش در این زمینه شد و بیشتر وقت پیدا می کردم که در رابطه با مقوله مهارت آموزش فردی و گروهی بدهم. با بکارگیری راهکارهای متعددی مانند: آموزش مهارت های زندگی، شیوه فرزند پروری و اصلاح نگرش در همکاران - مشارکت دادن همکاران در اجرای مقررات مدرسه - افزایش فعالیت اجتماعی همکاران در مدرسه - افزایش آگاهی و اطلاعات همکاران در زمینه مهارت های زندگی - علاقه مند کردن همکاران به فعالیت های ورزشی و هنری - علاقه مند کردن همکاران به مهارت های اجتماعی و روشهای مهارت های اجتماعی و. باعث ارتقاء آگاهی همکاران در این زمینه شدم. همچنین علاوه بر روش های فوق با بکارگیری راهکارهایی ویژه همکاران فوق الذکر، موفق به افزایش مهارت شدم. که وجود روابط گرم و صمیمی با انسان های دیگر، منبع ایمنی، اعتماد، راحتی و آسایش هراسانی است که به تبع آن می تواند در رشد مهارت و کاهش احساس کم رویی و بی ارزشی او نیز موثر واقع شود و به هنگام رویارویی با مشکلات و فشارها حتی در مواقع سخت زندگی به او کمک نماید.

کلیدواژه ها: مهارت، اعتماد، قدرت حل مسئله و تصمیم گیری، مهارت زندگی، رشد شخصیت.

مقدمه

با توجه به تغییرات و پیچیدگی های روز افزون جامعه و گسترش روابط اجتماعی، آماده سازی افراد، جهت رویارویی با موقعیت های دشوار، امری ضروری به نظر می رسد به همین دلیل روان شناسان جهت پیشگیری از بیماری های روانی و نابهنجاری های اجتماعی، آموزش مهارت های زندگی را در سراسر جهان و در سطح مدارس آغاز نموده اند. «آموزش مهارت های زندگی به مجموعه ای از توانایی هایی گفته می شود که زمینه سازگاری رفتار مثبت و مفید را فراهم می آورد و این توانایی، فرد را قادر می سازد که ضمن پذیرش مسئولیت های اجتماعی خود، بدون لطمه زدن به خود و دیگران بتواند به شکل موثری با خواست، انتظارات و مشکلات روزانه در روابط بین فردی و روبرو گردد (کریم زاده، ۱۳۸۸، ص ۵۵) آنچه که امروز تحت عنوان مهارت زندگی مشهور است تنها حاصل کار پژوهشگران عصر حاضر نیست بلکه بسیاری از این مهارت ها در لابه لای تعالیم الهی بخصوص در قرآن و احادیث معصومین بیان شده است. «اهمیت و ضرورت آموزش مهارت های زندگی زمانی مشخص می شود که بدانیم آموزش مهارت های زندگی موجب ارتقای تواناییهای روانی - اجتماعی می گردد این تواناییها فرد را برای برخورد موثر با کشمکشها و موقعیت های زندگی یاری می بخشند و به او کمک می کنند تا با سایر انسانهای جامعه، فرهنگ و محیط خود مثبت و سازگارانه عمل کند و سلامت روانی خود را تامین نماید بدین ترتیب، تمرین مهارت های زندگی موجب تقویت یا تغییر نگرشها، ارزشها و رفتار انسان می گردد (ناصری، ۱۳۸۴، ص ۹۸). «مهارت اجتماعی به مجموعه رفتارهای فراگرفته قابل قبولی گفته می شود که فرد را قادر می سازد با دیگران رابطه موثر داشته و از عکس العمل های نامعقول اجتماعی خودداری کند

مهارت های اجتماعی، روشی برای بهبود مهارت های اجتماعی معلمان است. آموزش مهارت اجتماعی بر پایه این اصل قرار دارد که مشکلات کودکان در مهارت های اجتماعی غالباً به این دلیل است که کودکان نمی دانند در موقعیت های اجتماعی چه کار کنند و می توان کودکان را برای غلبه بر این مشکلات آموزش داد. (شعاری نژاد، ۱۳۷۱، ص ۱۲۳). ویلیام و آشر (۱۹۹۳) یک سه قسمتی پیشنهاد می کنند؛ قسمت اول؛ به صحبت های مربی درباره ی تعامل بهتر با همسالان اختصاص دارد، هنگام انجام این کار معلم باید بر آنچه همکاران «باید» انجام بدهد متمرکز می شود نه بر آنچه نباید انجام بدهد. قسمت دوم؛ شامل تکرار و تمرین با دیگران است. قسمت سوم؛ دادن یک نقش مسئولیتی در کلاس به همکاران به افزایش مقبولیت او در میان همسالان کمک می کند. همچنین رشد مهارت های اجتماعی همکاران با سبک فرزند پروری همکاران مرتبط است (سازمان بهداشت جهانی). ترجمه نوری قاسم آبادی و محمد خانی، ۱۳۷۷، ص ۱۵۵). در پژوهشی که مارتین جونز^۱ و همکارانش (۲۰۰۹)، در ارتباط با مهارت های زندگی مورد نیاز روززشکاران انجام دادند به این نتیجه رسیدند که مهارت های فردی از جمله مهارت های اجتماعی، احترام، رهبری، تعامل خانواده و ارتباطات و مهارت های شخصی از جمله خود سازمان دهنده، نظم و انضباط، اعتماد به نفس، تعیین هدف، مدیریت نتایج عملکرد و انگیزه از مهم ترین مهارت های زندگی مورد نیاز آنان می باشد. در پژوهشی که کنراد^۲ و همکارانش (۲۰۰۹)، در ارتباط با بهبود مهارت های زندگی و اعتماد به نفس در کارکنان بیمارستان انجام دادند به این نتیجه رسیدند که پس از آموزش مهارت های زندگی، اعتماد به نفس در آنان بطور چشمگیری افزایش یافت. در پژوهشی که احمدیان (۱۳۸۸)، تحت عنوان بررسی اثر آموزش مهارت های زندگی در همکاران خفیف فکری انجام دادند به این نتیجه رسیدند که پس از آموزش مهارت خود شناسی، اجتماعی و روابط بین فردی، مدیریت خشم، اثرات مثبت زیادی در این افراد دیده شد (قرنی، ۸۲-۱۳۸۱، ص ۶۷). «در پژوهشی که بوب لاولیر و همکاران (۲۰۱۰) در ارتباط با مهارت های ارتباطی مورد نیاز دانشجویان کارشناسی ارشد انجام دادند به این نتیجه رسیدند که

¹ Martin Jones

² Conrad

³ Lavlyr buob et al.

این مهارتها بطور چشمگیری باعث افزایش اعتماد به نفس و ارتباط با دیگران و انعطاف پذیر شدن در آنان می گردد. در پژوهشی که وانگ بو^۴ و همکاران (۲۰۱۰)، در ارتباط با کیفیت زندگی در میان مهاجران روستایی به شهری در چین انجام دادند به این نتیجه رسیدند که آموزش مهارت های زندگی پیش از مهاجرت با تمرکز بر ایجاد مهارت های مقابله ای کار آمد و تهیه مهاجرت، کیفیت زندگی و سلامت روانی را بهبود می بخشد. در پژوهشی بارلو^۵ و همکاران (۱۹۹۸)، به این نتیجه رسیدند که رویکرد مهارت های زندگی بر افزایش عزت نفس، توانایی تصمیم گیری و مقاومت در برابر فشار همسالان جهت مصرف مواد در مدارس تاثیر دارد و برنامه موثری است که پیامدهای مهمی در سلامتی کودکان و نوجوانان دارد (به نقل ازوردی، ۱۳۸۳، ص ۸۶). این گزارش دارای سه فصل است. در فصل اول به تشخیص مسئله پرداخته می شود و شامل توصیف وضع موجود، بیان مسئله، اهداف، شواهد ۱ و انتخاب راه حل های جدید است. فصل دوم به نحوه اجرای راه حل ها، تغییرات حاصله و شواهد ۲ اشاره دارد. فصل سوم به ارزیابی شواهد ۲، اعتبارسنجی، محدودیتها، نتیجه گیری و پیشنهادها می پردازد. در انتهای گزارش، برای علاقه مندان به مهارتهای اجتماعی بیشتر در این زمینه، فهرست منابع، پیوست ها و لوح فشرده حاوی مستندات قرار داده شده است.

فصل اول

تشخیص مسئله

۱-۱- توصیف وضعیت موجود و بیان مسئله

اینجانب سعیده رزاقی کارشناس واحد قرآن با سابقه خدمت ۱۵ سال در آموزش و پرورش ناحیه یک ری می باشم. (پیوست ۱) در سال تحصیلی جاری، با عنایت خداوند، تا کنون موفق به تالیف ۴ کتاب و چاپ ۵ مقاله در فصلنامه های علمی تخصصی شدم. (پیوست ۲) اداره ناحیه یک ری دارای ۵۵۰ همکار مرد و ۴۲۰ همکار زن است. اداره در مرکز شهر احداث شده است. اغلب معلمان این اداره خارج از محیط اداره ارتباط چندانی با هم ندارند. خارج از این امر وقت معلمان آنقدر نبود که در ارتباط با هم باشند. علاوه بر این درگیری فکری معلمان در آن منطقه بسیار زیاد است. کلاس درس، مشغله خانوادگی، بخشنامه ها و برنامه های آموزشی و مسائل جنبی بیداد می کند. مشکل اصلی معلمان آنجا شناخت مهارتهای زندگی و اجتماعی است. بعد از چند هفته شخصا "بعضی از معلمان را دیدم در ساعات خارج کاری و هنگام ساعت کاری از آنان در خصوص موضوع گفتگوهایی انجام دادم. بعد از سلام و معرفی خودم به معلمان با گرمی از من استقبال کردند. اغلب معلمان از نظر وضعیت اقتصادی اجتماعی در حد متوسط تا خوب بوده و غالباً هر دو شاغل هستند. چند روزی از سال تحصیلی می گذشت، توجه من به موضوع مهارتهای اجتماعی معلمان زمانی بیشتر شد که احساس کردم در اداره معلمان به مهارتهای اجتماعی و روشهای مهارتهای اجتماعی آموزشگاه توجهی ندارند. این موضوع را با معاونت پرورشی در جریان گذاشتم. شروع به مهارتهای اجتماعی و بررسی در زمینه موضوع کردم، و برای دنبال کردن موضوع از طریق اقدام پژوهی با خانم نامی کارشناس پژوهش نیز مشورتی داشتم. و چون موضوع به نظرم بسیار مهم می آمد، چند کلاس آموزشی برای آشنایی معلمان برگزار کردم. سوالات معلمان پیرامون موضوعات مرتبط با مهارتهای اجتماعی و سایر ابعاد آن شروع شد. هر هفته تعدادی مراجعه کننده ی حضوری یا تلفنی داشتم که نگرانی های خود را به اشکال مختلف مطرح می کردند، منجمله: - لازم است مهارتهای اجتماعی یاد بگیریم؟ - روشهای مهارتهای اجتماعی پیدا نمی شود، باید چه کارکنم؟ این ها نمونه هایی از پرسش ها و دل نگرانی های معلمان بود که هر روز به من منتقل می شد. معلمان که در ابتدای ورود به دوراهی جدیدی بودند، تشنه ی اطلاعات بودند. در بینشان پیچ هایی بود که تمامی نداشت. موضوع برایشان بسیار جالب و جدید بود و مرتباً به دنبال کسی بودند تا سوالاتشان را مطرح کنند. با قرار گرفتن در موقعیت واقعی، من نیز مانند معلمان با پدیده بی توجهی و بی

⁴ Wang Bo

⁵ Barlow

علاقگی آنان مواجه شدم. از این رو تصمیم گرفتم به بررسی دقیق این مشکل بپردازم و پس از ریشه یابی علت های آن، به دنبال راهکارهایی عملی برای بالابردن انگیزه و علاقه مند نمودن معلمان به مهارت های اجتماعی باشم. بنابراین شخصا به دنبال راه حل رفتم. تا بدانم که راه حل چیست؟ مهارت های اجتماعی مجموعه توانمندی هایی است که موجب موفقیت در زندگی اجتماعی فرد می شود. هر فرد برای زندگی موفق در یک جامعه، علاوه بر مهارت های فردی به مهارت های دیگری نیاز دارد که از آن به نام مهارت های اجتماعی یاد می کنند پرورش معلمان مهارت های اجتماعی، مجموعه رفتارهایی است اکتسابی که از طریق مشاهده، مدل سازی، تمرین و بازخورد آموخته می شود و دارای ویژگی های زیر است و رفتارهای کلامی و غیر کلامی را در بر می گیرند و اسخ های مناسب و مؤثر را در بر دارند، بیشتر جنبه تعاملی داشته، تقویت اجتماعی را به حداکثر می رسانند و بر اساس ویژگی ها و محیطی که فرد در آن واقع شده است، توسعه می یابند و از طریق آموزش رشد می کنند. هدف اصلی این پژوهش بالابردن انگیزه و علاقه مند نمودن معلمان به مهارت های اجتماعی بوده است. پژوهش حاضر به روش اقدام پژوهی انجام شده است. پژوهشگر با بررسی و مهارت های اجتماعی منابع موجود و همچنین مصاحبه با معلمان به دنبال مرتفع نمودن مشکلات معلمان بوده است. جهت اجرای این طرح، توسط پژوهشگر به طور متوسط ۵ ماه و هر ماه ۱ جلسه برای معلمان (پیوست ۳ و ۷) و چهار جلسه توجیهی با همکاران (پیوست ۴ و ۸ و ۹)، آموزش داده شده است. اینجانب سعیده رزاقی کارشناس واحد قرآن در سال تحصیلی ۹۹-۴۰۰ عوامل قابل توجهی را که باعث عدم علاقه به مهارت های اجتماعی است در معلمان مشاهده کردم. لذا تصمیم گرفتم که برای بالابردن انگیزه و علاقه مند نمودن معلمان به مهارت های اجتماعی وقت و هزینه صرف بنمایم. به منظور ایجاد حساسیت و برانگیختن انگیزه معلمان جهت همکاری و حضور در جلسات آموزشی در جلسه ۹۹/۸/۵ دعوت از آنها راجع به اثرات مثبت و فایده های مهارت های اجتماعی بحث و گفتگو کردم. البته این حساسیت را نیز سعی نمودم در معلمان در هفته پژوهش (۲۴ تا ۲۷ آذرماه) ایجاد کنم. این ایجاد حساسیت باعث شد که در این امر (علاقه به مهارت های اجتماعی) عملکرد موفق تری داشته باشم. بطوریکه تعداد زیادی از معلمان تقاضای کلاس های متعدد آموزشی جهت علاقه به مهارت های اجتماعی نمودند. با بکارگیری راهکارهای متعدد ی مانند: آموزش مهارت های اجتماعی، شیوه مهارت های اجتماعی کردن - مشارکت دادن معلمان در اجرای برنامه - نمایشگاه کتاب - علاقمند کردن معلمان به مهارت های اجتماعی و روش های مهارت های اجتماعی و. باعث ارتقاء آگاهی معلمان در این زمینه شدم. همچنین علاوه بر روش های فوق با بکارگیری راهکارهایی ویژه فوق الذکر، موفق به افزایش علاقه به مهارت های اجتماعی شدم. که وجود روابط گرم و صمیمی با آنها، مهارت های اجتماعی و علاقه است که به تبع آن می تواند در افزایش علاقه به مهارت های اجتماعی افراد موثر واقع شود. می دانستم هرچه زودتر باید برای موضوع اقدام کنم، چرا که هرچه دیرتر می شد بررسی موضوع برای معلمان طبیعی نبود. همچنین می دانستم افزایش علاقه به مهارت های اجتماعی در آینده، در گرو همین آموزشهاست. بسیاری از راهکارها نیاز به کمک معلمان دارد. می دانستم که یکی از اهداف مهم آموزش و پرورش کشور تربیت نسلی سالم و با انگیزه است، تا بتواند در آینده جامعه ای سالم را بسازد. برای دستیابی به این اهداف، راهکارهایی در سند تحول بنیادین آموزش و پرورش آمده است. در راهکار شماره ۴-۴ بر "افزایش میزان مشارکت معلمان در فعالیتهای آموزشی و تربیتی اداره، برگزاری دوره های آموزشی اثربخش، ارائه خدمات کتاب و کتابخوانی، برای همسوسازی اهداف و روشهای تربیتی در اداره تاکید شده است". از اینرو برنامه ریزی جهت مهارت های اجتماعی به موقع، اطلاع رسانی در باره شرایط مهارت های اجتماعی و آموزش مهارت های اجتماعی، برای معلمان بسیار ضروری است. این امر باید توسط دو نهاد مهم تربیتی یعنی اداره به شکل دقیق و برنامه ریزی شده ای دنبال شود. به همین دلیل برای رسیدن به هدفم یعنی "چگونه توانستم علاقمندی معلمان را به مهارت های اجتماعی افزایش دهم" تصمیم به بررسی و تحقیق بیشتر گرفتم. موضوع را با معاونت پرورشی محترم اداره در میان گذاشته و نظر ایشان را جویا شدم، که خوشبختانه نظرشان مثبت بود.

۱-۲- اهداف پژوهش

برای شناخت دقیق موضوع، لازم است اهداف کلی و جزئی آن بیان گردد. در این اقدام پژوهی، هدف کلی و اهداف جزئی زیر مد نظر می باشد:

۱-۲-۱-اهداف کلی:

افزایش مهارت‌های اجتماعی در بین معلمان

۱-۲-۲-اهداف جزئی

- ۱- افزایش مهارت‌های اجتماعی در بین معلمان .
- ۲- تغییر نگرش معلمان و مسئولین نسبت به کاربردی بودن این موضوع برای افزایش مهارت‌های اجتماعی در بین معلمان.
- ۳- فراهم نمودن امکانات و شرایط لازم جهت یادگیری بهتر برای افزایش مهارت‌های اجتماعی در بین معلمان .
- ۴- ارتقای سطح مهارت‌های اجتماعی در بین معلمان با هدف موفقیت بیشتر در آینده شغلی.

۱-۳-سوالات پژوهش

سوال اصلی پژوهش که همان موضوع پژوهش است عبارت است از :

« چگونه توانستم مهارت‌های اجتماعی رادر بین معلمان افزایش دهم؟ »

متناسب با اهداف پژوهش سوالات زیر در این زمینه مطرح می گردد که باید به آن ها پاسخ داد:

- ۱- چگونه می توانم مهارت‌های اجتماعی را در بین معلمان افزایش دهم؟
- ۲- چگونه می توانم نگرش معلمان و مسئولین نسبت به کاربردی بودن این موضوع برای افزایش مهارت‌های اجتماعی رادر بین معلمان تغییر دهم؟
- ۳- چگونه می توانم امکانات و شرایط لازم جهت یادگیری بهتر برای افزایش مهارت‌های اجتماعی رادر بین معلمان فراهم نمایم ؟
- ۴- چگونه می توانم سطح مهارت‌های اجتماعی را در بین معلمان با هدف موفقیت بیشتر در آینده شغلی خود موفق تر باشند، ارتقاء دهم ؟

۱-۴-گردآوری اطلاعات (شواهد)

برای ریشه یابی دقیق موضوع از روش های مختلف گردآوری اطلاعات مانند بررسی اسناد و مدارک، مشاهده، مصاحبه و پرسشنامه در چهار بخش زیر استفاده نمودم:

- ۱- تعاریف واژه ها و اصطلاحات
 - ۲- مرور ادبیات و پیشینه تحقیق
 - ۳- شاخص های کیفی
 - ۴- شاخص های کمی
- که در ادامه به تشریح هر یک خواهیم پرداخت.

۱-۴-۱- تعاریف واژه ها و اصطلاحات

لازمه موفقیت هر فرد در جامعه داشتن مهارت‌های اجتماعی متعدد در تعامل با سایرین می باشد.

۱-۴-۱-۱-تعاریف از مهارت های اجتماعی

تعاریف متعددی از مهارت های اجتماعی توسط صاحب نظران مددکاری اجتماعی، روانشناسی و سایر رشته های یاورانه انجام شده است. بطور کلی می توان گفت مهارت های اجتماعی عامل مهمی در شکل دادن روابط، بالا بردن کیفیت تعاملات اجتماعی و حتی سلامت روان افراد هستند. این مهارت ها می تواند به عنوان الگوی کامل رفتارهایی که توسط یک فرد در روابط بین فردی نشان داده می شود تعریف شود. از این منظر رفتارهای اجتماعی انطباقی یک ساختار پیچیده ای است که ویژگی ها و خصیصه های بین فردی در سطح کلان^۶ را همانند عوامل زمینه ای در سطح خرد^۷ درگیر می کند. (تئودور و

6 . macro-envirment

7 . micro-envirment

دیگران، ۲۰۰۵). بر خلاف مهارت هایی که اصولاً ارزش تقویتی یک فرد را افزایش داده و واکنش گرایشی سایرین را تسهیل می کنند و نیز مهارت هایی که باعث دست یافتن فرد به اهداف مطلوب غیر اجتماعی می شوند، توانایی های متعددی برای مقابله با رفتارهای نامعقول دیگران لازم است که جرأت امتناع چنین هدفی را تأمین می کند. در اینجا جرأت امتناع به آن توانایی هایی اطلاق می شود که یک نفر برای جلوگیری از سد و مانع شدن دیگران لازم دارد. این توانایی ها راه های اجتماعی مناسبی برای ابراز احساسات، عدم توافق ها و یا درخواست برای تغییر رفتار غیر معمول دیگری فراهم می آورند (براهنی و همکاران، ۱۳۷۲، ص ۲۱۰). ویزمن^۴ (۱۹۷۵)

۱-۴-۲- تعریف کارکرد های اجتماعی

اکثریت افراد برقراری ارتباط با سایرین را یک هدف مطلوب و تجربه ای پاداش دهنده و یا به عبارتی یک رویداد تقویت کننده می دانند. این تعاملات شامل وعده ملاقات، داشتن هم صحبت و دوست صمیمی یا ملاقات افراد در مهمانی ها و سایر اجتماعات غیر رسمی است. تمام مهارت های اجتماعی که پیدایش یک ارتباط اجتماعی را تسهیل می کنند وجه مشترکی دارند. به طوری که مهارت های اجتماعی، جذابیت اجتماعی یا ارزش تقویتی فردی که آن را بروز می دهد را افزایش می دهند. چنین رفتارهای نه تنها در پیچه ای به سوی ارتباط های تقویت کننده می گشاید بلکه این احتمال را که دیگران از هر فرصتی برای ارتباط با چنین فردی استفاده کنند، افزایش می دهد. (سرمد و معلمان، ۱۳۷۶، ص ۳۶۸). مهارت های اجتماعی در مواردی فرد را در جهت رسیدن به هدف مطلوبی که در اصل بین فردی نیست یاری می دهند. مثلاً مهارت های مصاحبه شغلی در یک بافت اجتماعی وجود دارد (تعامل بین متقاضی و مصاحبه گر) ولی تقویت کننده ای که اکثر متقاضی ها در پی آن هستند، استخدام است و نه ایجاد یک رابطه. لذا مهارت های مصاحبه شغلی، نشان دهنده ترکیبی از رفتارهای اجتماعی است که فرد را به سوی یک تقویت کننده غیراجتماعی ولی مهم سوق دهد (انگلبرگ و اسجورگ، ۲۰۰۴)

۱-۴-۲- مرور ادبیات و پیشینه تحقیق

آموزش مهارت های اجتماعی، روشی برای بهبود مهارت های اجتماعی معلمان است. آموزش مهارت های اجتماعی بر پایه ی ان اصل قرار دارد که مشکلات معلمان در مهارت های اجتماعی غالباً به این دلیل ایجاد می شود که معلمان نمی دانند در موقعیت های اجتماعی چه کار کنند و می توان معلمان را برای غلبه بر این مشکلات آموزش دادو به همین دلیل این روش مستلزم آموزش مستقیم مهارت های اجتماعی ضروری است. (ابرامی، ۱۳۵۷) مجموعه توانمندی هایی است که موجب موفقیت در زندگی اجتماعی فرد می شود. هر فرد برای زندگی موفق در یک جامعه، علاوه بر مهارت های فردی به مهارت های دیگری نیاز دارد که از آن به نام مهارت های اجتماعی یاد می کنند. مهارت های اجتماعی، مجموعه رفتارهای اکتسابی است که از طریق مشاهده، مدل سازی، تمرین و بازخورد آموخته می شود و دارای ویژگی های زیر است و رفتارهای کلامی و غیر کلامی را دربر می گیرند و پاسخ های مناسب و مؤثر را در بردارند، بیش تر جنبه ی تعاملی داشته، تقویت اجتماعی را به حداکثر می رسانند و بر اساس ویژگی ها و محیطی که فرد در آن واقع شده است، توسعه می یابند و از طریق آموزش رشد می کنند. تعامل اجتماعی یا توانمندی های اجتماعی یعنی تعامل در جامعه، شناخت روحیه و احساسات درونی خود و دیگران و برخورد صحیح و متناسب با آن ها. رشد انسان مخصوصاً در سال های اولیه ی زندگی بدون برخوردهای اجتماعی غیر ممکن یا بسیار ضعیف است، برخورد با مسائل احساسی، تجربه و تجزیه و تحلیل این احساسات و عواطف مثل بیان یک خواسته، قبول کردن، راندن و طرد کردن، خندیدن، لمس کردن، عشق، دوستی، دعوا، آشتی، تفاهم، ماتم، سعادت مشترک و احساس امنیت از مقدمات ضروری برای فراگیری در زندگی عاطفی و اجتماعی هستند. اگر این تجارب تکامل نیابند نه تنها توانایی های مشخص در ایجاد رابطه در رفتارهای اجتماعی را دچار خدشه می کنند بلکه موجب عقب ماندگی ذهنی و جسمی می شوند. غفلت های اجتماعی اگر به مدت طولانی ادامه داشته باشند ضایعات جبران ناپذیری را به دنبال خواهند داشت. (امیرهادی، ۱۳۸۳) به هنگام تلاش برای بهبود مهارت های اجتماعی نامحبوب نباید تنها بر رفتارهایی مانند شروع دعوا، که ظاهراً آن ها را در میان سایر معلمان نامحبوب

می‌کند، متمرکز شد، بلکه به طور کلی باید بر رشد مهارت‌های اجتماعی تأکید شود، زیرا علاوه بر این رفتارهای آشکار، ممکن است آن‌ها فاقد سایر مهارت‌های اجتماعی باشند و طریقه‌ی واکنش نشان دادن در موقعیت‌های اجتماعی را ندانند. مشکل اول، شناختن کمبودهای مهارت‌های معلمان است؛ مهارت‌هایی که کم تر به چشم می‌خورند. برای این کار باید معلمان را هنگام تعامل با هم سالان و بزرگ سالان به دقت مشاهده کرد، به طوری که بتوان تشخیص داد معلمان در حال حاضر واجد و فاقد کدام مهارت‌هاست. مشاهده گر باید موقعیت مورد مشاهده را در نظر بگیرد (آیا معلمان برای تداوم گفتگو، پیوستن به یک گروه یا انجام یک بازی تلاش می‌کند) و از اتفاقاتی که رخ می‌دهد، یادداشت برداری کند تا در صورت لزوم قادر به اقدام اصلاحی باشد. پس می‌توان این مشاهدات را در یکی از شش مقوله‌ی ذکر شده در فهرست پذیرش - طرد طبقه بندی کرد (لذت بخش بودن، شوخ طبعی، کاردانی، مهارت، مشارکت جویی، زودجوشی، یاری رسانی) به این صورت، هم می‌توان نقاط قوت و ضعف معلمان را فهرست کرد و هم برای نقاط ضعف تدبیری اندیشید. بررسی رفتارهای معلمان در جریان بازی‌های سازمان یافته روشی مناسب برای پی بردن به مهارت‌های اجتماعی آن‌هاست. (احمدی پور، ۱۳۸۰) کلینکه؛ (۱۹۹۳) آورده است که آموزش مهارت‌های اجتماعی، روشی برای بهبود مهارت‌های اجتماعی معلمان است. (محمد خانی، ۱۳۸۴، ص ۳۱۵). مک‌گرا (۱۹۹۸) می‌نویسد که آموزش مهارت‌های اجتماعی بر پایه‌ی آن اصل قرار دارد که مشکلات معلمان در مهارت‌های اجتماعی غالباً به این دلیل ایجاد می‌شود که معلمان نمی‌دانند در موقعیت‌های اجتماعی چه کار کنند و می‌توان معلمان را برای غلبه بر این مشکلات آموزش داد و به همین دلیل این روش مستلزم آموزش مستقیم مهارت‌های اجتماعی ضروری است (حقیقی و معلمان، ۱۳۸۵، شماره ۱، ص ۷۸-۶۱). نانسی لاریک (۱۳۶۶) آورده است که در روش آموزش مهارت‌های اجتماعی چهار مفهوم باید آموزش داده شوند: همکاری (برای مثال نوبت گرفتن، تقسیم مواد و ارائه پیش نهاد در جریان بازی‌ها)، مشارکت (برای شرکت کردن، شروع کردن، توجه کردن در جریان بازی)، ارتباط (برای مثال صحبت کردن با دیگران، پرسیدن، صحبت کردن درباره‌ی خود، مهارت‌های گوش دادن، برقراری تماس چشمی و به کار بردن اسم معلمان دیگر) و اعتباریابی (برای مثال، توجه کردن به دیگران، گفتن چیزهای خوب به دیگران، لبخند زدن، ارائه کمک و پیش نهاد) (حسینی، ۱۳۷۸، ص ۱۴۸) به طور کلی با توجه به آن چه مطرح شد درمی‌یابیم که روش، نقش بسیار مهمی در علاقه به مهارت‌های اجتماعی دارد و این میسر نخواهد شد مگر با دست‌یابی افراد به توانایی برقراری روش مهارت‌های اجتماعی. زیرا یافته‌های پژوهش‌های متعدد که در همین بخش به چند مورد از آنها اشاره شده است نشان داده اند افرادی که نمی‌توانند یا نمی‌دانند که چگونه مهارت‌های اجتماعی داشته باشند، قادر به کسب درک مفاهیم نیستند و شرط لازم و اساسی دست یافتن به علاقه به مهارت‌های اجتماعی، برخورداری از دانش و روش مهارت‌های اجتماعی به شکل درست و اصولی است. مهارت‌های اساسی، لازمه مهارت‌های اجتماعی و ادامه مسیر هستند. انگیزه باعث می‌شود در مسیر خود پایدار بمانیم و در طول راه با قدرت حل مسئله و مشکلات می‌توانیم به خواست‌هایمان برسیم و با تقویت تفکر خلاق و خلاقیت از موهبت عقل سلیمی که خداوند به ما اعطا کرده است، هر چه بیشتر بهره‌گیریم. علیرغم همه مطالب گفته شده، عده‌ای از معلمان نسبت به مهارت‌های اجتماعی بی‌تفاوت هستند و این مسئله می‌تواند دلایل مختلفی داشته باشد. قدرت فهم و درک بعضی از مباحث برای همه معلمان یکسان نیست و باید به اختلاف سطح معلومات و توانایی‌های معلمان توجه نمود (باپیری، ۱۳۷۶، ص ۱۶۹). در نتیجه بهتر است از روش‌های صحیح و تنوع در روش‌های مهارت‌های اجتماعی متناسب با سطح معلومات و توانایی‌های معلمان استفاده شود.

۱-۴-۳- شاخص‌های کیفی

با توجه به ماهیت کیفی اقدام پژوهی، شواهد این بخش از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است که شامل مشاهده مستقیم وضعیت موجود و مصاحبه با معلمان می‌باشد که در ادامه شرح داده شده‌اند.

۱-۴-۳-۱-جلسه

برای آگاهی از میزان علاقه معلمان، تصمیم گرفتم جلساتی با آنان داشته باشم. (پیوست ۳) موارد زیر در جلسات بیان شد: در همان هفته های اول به یکی از دغدغه های اصلی معلمان پی بردم و نگرانی از کتاب مناسب و دیگر زمان مناسب بود. می دیدم که اغلب معلمان در مهارت های اجتماعی ضعیف هستند. برای مثال معلمان، نمی خواستند برای خرید کتاب هزینه پرداخت کنند. بسیاری از معلمان کتاب را دوست داشتند ولی تمایلی به مهارت های اجتماعی کتاب نداشتند. این امر باعث می شد که در مهارت های اجتماعی به خوبی علاقمند نباشند. عده ای از معلمان در حال مهارت های اجتماعی بی توجه هستند و وقتی که علت را جویا شدم، آن ها به این موضوع که علاقه ای ندارند اشاره کردند. نگرش معلمان برای مهارت های اجتماعی متفاوت بود و عده ای از معلمان مهارت های اجتماعی را در زمان کوتاهی انجام می دادند. خلاصه نتایج بدست آمده از طریق جلسات درباره علل بی علاقه معلمان به مهارت های اجتماعی آنان عبارت است از:

- نگرانی از هزینه گزاف مشاوره

- ضعف در روش مهارت های اجتماعی

- عدم تمایل به مهارت های اجتماعی

- توجه نکردن معلمان به اثرات مفید مهارت های اجتماعی

۱-۴-۳-۲-مصاحبه

برای ریشه یابی بهتر مسئله، به مشاهدات خودم به تنهایی اکتفا نکردم و سعی کردم با معلمان در هفته ای یک جلسه با مطرح کردن پرسش های هدف دار درباره افزایش علاقه به مهارت های اجتماعی آنان، و دیدی که نسبت به توانایی خود دارند، می زان علاقه آن ها و مشکلاتشان صحبت کنم. اغلب معلمان خرید کتاب را دوست نداشتند و مدام از قیمت شکایت می کردند که چرا جلسات قیمت بالایی دارند. بیشتر آنان کمبود وقت را بهانه می کردند.

۱-۴-۴-۱-شاخص های کمی

برای بررسی بهتر میزان علاقه معلمان در بخش شاخص های کمی از پرسشنامه استفاده شده است. (پیوست ۵)

۱-۴-۵-۱-پیشینه عملی

برای جمع آوری شواهد در زمینه ضرورت آموزش علاقه معلمان به مهارت های اجتماعی، به سراغ صاحب نظران و معلمان دیگر مقاطع رفتم و نظراتشان را در این مورد جویا شدم.

۱-۴-۵-۱-نظریات صاحب نظران

به قول آدریل جانسون، ممکن است هر یک از معلمان به آموزش اضافی در حوزه های خاص نیاز داشته باشند. مثلاً ممکن است برخی از معلمان به دلیل نداشتن مهارت های اساسی مورد نیاز در بازی ها و ورزش ها، از بازی ها یا فعالیت های گروهی کنار گذاشته شوند. آموزش این مهارت ها می تواند به چنین همکاران ی در هماهنگ شدن با گروه های هم سال کمک کند (آفاجانی، ۱۳۸۱، ص ۴۵) از نظر المن و کرازنز^۱ (۱۹۶۹) به غیر از مهارت های ویژه ی اجتماعی، کارهای دیگری نیز وجود دارند که معلمان و معلمان می توانند برای کمک به معلمان نامحبوب کلاس انجام دهند. اولین کار این است که معلم سعی کند کارهای ذوقی و علایق یا استعداد های معلمان نامحبوب را پیدا کند و با تشویق وی به آوردن اشیاء مربوط به کار ذوقی به کلاس یا دادن اجازه ی معرفی و صحبت کردن درباره ی کار ذوقی اش، آشکارا او را تبلیغ نماید. این اقدام موجب تثبیت موقعیت معلمان به عنوان خبره ی یک کار می شود و اعتبار وی را در گروه تقویت خواهد کرد. (اسماعیلی، ۱۳۸۰، ص ۲۷۴) براساس نظریه ی محرک - پاسخ که از سوی روانشناسانی چون هال، دالارد و میلر^۲ ارائه شد، هر یادگیری مستلزم برقراری ارتباط بین محرک و پاسخ است. این ارتباط در نتیجه تقویتی که بعضاً صورت می گیرد تحکیم می شود. (همان،

1 Elman and Kearns 1

1 Holle, Dvlard and Miller 2

ص ۲۲۰) طبق نظریه کارور و شی یو (۱۹۹۶) دادن یک نقش مسؤولیتی در کلاس به معلمان به افزایش مقبولیت او در میان هم سالان کمک می کند، اما به خصوص در میان نوجوانان باید از عنایت ویژه به فرد (عزیزدردانه معلم شدن) اجتناب شود. (پارسا، ۱۳۷۷، ص ۱۸۳) مون تنی، دانشمند شهیر فرانسوی، در مورد معلمان پیش دبستانی دارد. یکی از این عقاید، پذیرش آشکار معلمان توسط مربی ممکن است مفید باشد، زیرا احتمالاً این رفتار توسط معلمان تقلید خواهد شد. (جوادی و کدیور، ۱۳۷۴، ص ۱۵۹)

۱-۵-۱-۲- پیشینه عملی تحقیقات و پایان نامه های داخل ایران

۱) نتایج تحقیق شریفی (۱۳۷۲)، نشان می دهد که مهارت های اجتماعی، توانایی فرد در پاسخ دهی به محیطی است که باعث ایجاد، حفظ و افزایش اثرات مثبت بین فردی (میان مردم) می گردد. (۲. احمدیان (۱۳۸۸)، در تحقیق خویش به این نتیجه دست یافت که سازگاری به توانایی و ظرفیت کودک در پیش بینی کردن جذب نمودن و عکس العمل نشان دادن به نشانه های موجود یک بافت اجتماعی اشاره دارد. این نشانه ها شامل حالات عاطفی و رفتار همسالان می باشد. در این فرایند رشد عاطفی و اجتماعی کودک دخالت دارد، توانایی کودک یا نوجوان در انتخاب رفتار مناسب و ارزشیابی در مورد روابط اجتماعی و ساختار گروه، میزان مهارت و قابلیت اجتماعی را مشخص می سازد. (۳. پاپیری (۱۳۷۶)، در تحقیق خود ۲۶ نفر از معلمان بطور تصادفی انتخاب نمود و به دو گروه آزمایشی و کنترل تقسیم نمود. بعد از ۱۲ جلسه آموزش، این نتایج حاصل شد که مهارت های اجتماعی به رفتارهای آموخته شده و مقبول جامعه اطلاق می شود؛ رفتارهایی که شخص می تواند با دیگران به نوعی ارتباط متقابل برقرار کند که به بروز پاسخ های مثبت و پرهیز از پاسخ های منفی انجامد. (۴. نتایج پارسا، (۱۳۷۷) بررسی اجرای آموزش مهارت های اجتماعی برای مقاطع چهارم و پنجم ابتدایی در ۶ استان کشور (تهران، کرمانشاه، شهرستان های استان تهران، سیستان و بلوچستان، آذربایجان غربی و ایلام) توسط آموزش و پرورش در سال تحصیلی ۷۸-۷۷ نشان داد که در پیش آزمون بین گروه کنترل و آزمایش تفاوت وجود ندارد. (۵. اسماعیلی (۱۳۸۰)، در پژوهش خود اثر آموزش درس مهارت های اجتماعی معلمان در استان اردبیل مورد بررسی قرار داد. نتایج نشان داد که میانگین نمره مهارت های اجتماعی معلمانی که درس مهارت های اجتماعی را گذرانده بودند، بیشتر از معلمانی بود که درس مذکور را نگذرانده بودند. (۶. در پژوهشی که در سال (۱۳۸۲) توسط بیان زاده، اکبر و ارجمندی، زهرا، در رابطه با نقش آموزش مهارت های اجتماعی بر دانش و نگرش نسبت به عزت نفس معلمان انجام گرفته است، نتایج نشان داد که آموزش مهارت های اجتماعی به معلمان موجب ایجاد تغییرات معنی دار در دانش، نگرش و عزت نفس آن ها در سطح ($p < 0.01$) شده است. (۷. حسینی (۱۳۷۸)، آموزش مهارت های اجتماعی را بر افزایش سلامت جسمانی و روان مانند کاهش اضطراب و افسردگی، کاهش افت تحصیلی، تقویت ارتباطات بین فردی و رفتارهای سالم و مفید اجتماعی مؤثر قلمداد کرده است.

۱-۵-۳- پیشینه عملی تحقیقات و پایان نامه های خارج از کشور

۱) تلادو و همکاران (۱۹۷۴) دریافتند که توانایی بیشتر در حل مسأله با آموزش مهارت های اجتماعی رابطه دارد. (به نقل از محمدخانی، ۱۳۷۴، ص ۱۲۸) نتایج پژوهشی که اثر آموزش مهارت های اجتماعی را در زمینه خودآگاهی بررسی نمود، نشان داد که به دنبال این آموزش، معلمان صداقت بیشتر، نودوستی بیشتر نشان می دهند. (ویک لانگ؛ ۱۹۷۹ به نقل از محمد خانی، ۱۳۷۴، ص ۱۳۶) در مهارت های اجتماعی پارسونز و همکاران (۱۹۸۸) در مورد مهارت های اجتماعی، رابطه معلمان و شاگردان بهتر و رفتار شاگردان در کلاس سازگاران تر شد. (به نقل از یاسایی، ۱۳۷۰، ص ۴۶۹) مهارت های اجتماعی دیگری در پورتوریکو^۷ نشان داد که پس از اجرای برنامه مهارت های اجتماعی، غیبت شاگردان از اداره کاهش یافت (کوئست زیر چاپ، به نقل از یادآوری، ۱۳۸۳، ص ۱۶۰). (۵. همچنین بررسی های دیگر نشان داده اند که به دنبال اجرای

1	Carver and Shierre	3
1	Tladv	4
1	Vylang	5
1	Parsons	6
1	Puerto Rico	7

چنین برنامه هایی، حضور معلمان در مدارس و میانگین نمرات کلاسی آنان افزایش و بدرفتاری آنان کاهش چشمگیری یافت. (محمدخانی، ۱۳۷۴، ص ۸۴) مطالعاتی در زمینه آموزش مهارت های اجتماعی در مقاطع راهنمایی و متوسطه انجام شد، که نتایج تمامی آن ها حاکی از افزایش عزت نفس در مهارت های اجتماعی بوده است. (پنتر و همکاران، ۱۹۸۸؛ انیسکوویچ و معلمان، ۱۹۹۰؛ کروتروا و همکاران، ۱۹۹۱؛ ایگرت و همکاران، ۱۹۹۴؛ باکر و همکاران، ۱۹۹۵؛ تامپسون و همکاران، ۱۹۸۸). علاوه بر این، برنامه آموزش مهارت های اجتماعی برای کاهش افت تحصیلی نیز مورد استفاده قرار گرفته که نتایج حاکی از کاهش میزان افت تحصیلی بوده است (الیاس و همکاران، ۱۹۹۱؛ گینر و همکاران، ۱۹۹۳؛ لافروم بوز، ۱۹۹۴؛ ایگرت و همکاران، ۱۹۹۴؛ تامپسون و همکاران، ۱۹۹۸؛ پنتر و همکاران، ۱۹۹۸ به نقل از شریفی، ۱۳۷۲، ص ۹۷) یکی از اهداف اصلی برنامه مهارت های اجتماعی، ارتقاء بهداشت روانی کودکان و نوجوانان است. مطالعات بسیاری در مورد تأثیر برنامه آموزش مهارت های اجتماعی بر ابعاد مختلف سلامت روان انجام گرفته و نتایج نشان داده است که آموزش این مهارت ها سبب افزایش عزت نفس، بهبود مهارت های اجتماعی و ارتباطات بین فردی، افزایش رفتارهای مثبت اجتماعی و سازگاری اجتماعی، افزایش رضایت سیستم خانوادگی و سازگاری با خانواده، افزایش مهارت حل مسائل شخصی و بین فردی و افزایش مهارت های مقابله ای شده است. (شور، ۱۹۸۳؛ بوتوین، ۱۹۸۲؛ پارت، ۱۹۸۵؛ کروتروا، ۱۹۹۱؛ الیاس و همکاران، ۱۹۹۱؛ لارسون، ۱۹۹۳؛ گیلبرت، ۱۹۹۴ به نقل از اسماعیلی، ۱۳۸۰، ص ۱۲۴)

۱-۵-۴- نتیجه گیری پیشینه عملی

بعضی از معلمان نگرانی از هزینه گزاف جلسات دارند

پژوهش های مختلفی که پس از اجرای برنامه آموزش مهارت های اجتماعی برای معلمان صورت گرفت، تاثیر این آموزش ها را بر ابعاد مختلف علاقمندی معلمان نشان می دهد. نتایج حاصل از آزمون این فرضیه، با نتایج پژوهش های انجام شده توسط ویچروسکی (۲۰۰۶)، موت و معلمان (۱۹۹۵)، شاپ و کوپلند (۱۹۹۳)، گاتمن و واتسون (۲۰۰۳)، آلن گوری (۱۹۹۳)، کنراد (۲۰۰۹)، بوب لاولیر (۲۰۱۰)، بیگلو (۱۳۷۴)، وردی (۱۳۸۳)، حقیقی و معلمان (۱۳۸۵)، آقا جانی (۱۳۸۱)، اسماعیلی (۱۳۸۰)، یادآوری (۱۳۸۳)، مطابقت دارد. بنابراین آنگونه که مشاهده می شود نتایج این پژوهش در زمینه تأثیر آموزش مهارت های اجتماعی بر علاقمندی، با دیگر پژوهشها در این زمینه و یا زمینه های مشابه کاملاً مطابقت دارد. و این امر نشانگر تأیید و همخوانی نتایج مربوط به فرضیه با نتایج دیگر پژوهش هاست.

بعضی از معلمان ضعف در روش مهارت های اجتماعی دارند

1 Ennis kuiche	8
1 Kreuter	9
2 Aygrt	0
2 Baker	1
2 Thompson	2
2 Gynr	3
2 Boaz Lafvrvm	4
2 Shore	5
2 part	6
2 Larson	7
2 Gilbert	8
2 Vychrvsky	9
3 Mote	0
3 Shoppe and Copeland	1
3 Gutmann and Watson	2
3 Alan Gorrie	3
3 Conrad	4
3 Lavlyr	5

پژوهش های مختلفی که پس از اجرای برنامه آموزش مهارت های اجتماعی برای معلمان صورت گرفت، تاثیر این آموزش ها را بر نشانه های تغییر نگرش معلمان نشان می دهد. نتایج حاصل از آزمون این فرضیه، با نتایج پژوهش های انجام شده توسط ونزل ویکتوریا و معلمان (۲۰۰۹)، حقیقی و معلمان (۱۳۸۵)، ثمری و لعلی فاز (۱۳۸۴)، آقا جانی (۱۳۸۱)، مطابقت دارد. و این امر نشانگر تأیید و همخوانی نتایج مربوط به این فرضیه با نتایج دیگر پژوهش هاست.

بعضی از معلمان عدم تمایل به یادگیری مهارت های اجتماعی دارند

پژوهش های مختلفی که پس از اجرای برنامه آموزش مهارت های اجتماعی برای معلمان صورت گرفت، تاثیر این آموزش ها را بر ابعاد مختلف علاقمندی معلمان نشان می دهد. نتایج حاصل از آزمون این فرضیه، با نتایج پژوهش های انجام شده توسط وردی (۱۳۸۳)، ثمری و لعلی فاز (۱۳۸۴)، ویچروسکی (۲۰۰۰)، موت و معلمان (۱۹۹۵) مطابقت دارد. و این امر نشانگر تأیید و همخوانی نتایج مربوط به این فرضیه با نتایج دیگر پژوهش هاست.

بعضی از معلمان توجه نکردن معلمان به اثرات مفید مهارت های اجتماعی دارند

پژوهش های مختلفی که پس از اجرای برنامه آموزش مهارت های اجتماعی برای معلمان صورت گرفت، تاثیر این آموزش ها را بر ابعاد علاقمندی معلمان نشان می دهد. نتایج حاصل از آزمون این فرضیه، با نتایج پژوهش های انجام شده توسط یاد آوری (۱۳۸۳)، اسماعیلی (۱۳۸۰)، وردی (۱۳۸۳)، ثمری و لعلی فاز (۱۳۸۴)، ویچروسکی (۲۰۰۰)، موت و معلمان (۱۹۹۵)، آلن گری (۱۹۹۹) مطابقت دارد. و این امر نشانگر تأیید و همخوانی نتایج مربوط به این فرضیه با نتایج دیگر پژوهش هاست. آموزش مهارت های زندگی برنامه ای است که سودمندی های آن در پژوهش های متعدد به اثبات رسیده است. به طور کلی، یافته های پژوهش حاضر و پژوهش های مشابه حاکی از آنند که از رهگذر آموزش مهارت های اجتماعی برای معلمان می توان به ارتقاء سطح علاقمندی معلمان همت گماشت.

۱-۵-۲- نظریات معلمان

توجه: از آنجا نظریات معلمان مهم بود نظرات آنان بیان گردیده است. آقای کرمی (معاون مدرسه) معتقد بود که: این بخش از آموزش برای همه معلمان واجب است و آگاه سازی معلمان در این زمینه ضروری می باشد. طبق نظر ایشان پس از نیازسنجی اولیه از معلمان باید این آموزش ها در مدارس انجام شود. آقای رستگار (معاون مدرسه) نیز بر ضرورت این آموزش تاکید کرد و گفت: "با توجه به شرایط جامعه و پیشرفت تکنولوژی و که باعث رشد شخصیت شده است، آموزش حتی باید از دوره ابتدایی شروع شود". آقای قاسمی (معاون پرورشی اداره) در ارتباط با موضوع این طور نظر داد: "یکی از برنامه های مهم هر نظام آموزشی در جهان مهارت های اجتماعی مستمر است؛ مهارت های اجتماعی مستمر در رشد و تربیت و تکوین شخصیت تاثیر بسزایی دارد. دو نهاد خانه و اداره در انجام وظایف تربیتی مکمل یکدیگرند، و باید بین روش های خانه و اداره همسویی باشد. مساله مهارت مهارت های اجتماعی نیز بخشی از تربیت است که وظیفه هر دو نهاد است. از آنجایی که ممکن است برخی از معلمان آگاهی کافی را در این زمینه نداشته باشند، جلسات آگاه سازی آنان از سوی اداره ضروری است". خانم کرمی (کارشناس اداره) این آموزشها را برای رشد فکری و جسمی معلمان ضروری دانست. خانم علیزاده (معلم مدرسه) این آموزشها را برای بالابردن سطح توانایی در مهارت های اجتماعی معلمان ضروری دانست. خانم نامی (کارشناس پژوهش) این آموزشها را برای بالابردن مهارت های اجتماعی و خودباوری معلمان ضروری دانست. خانم عباسی (مدیر مدرسه) این آموزشها را برای حس خودشناسی معلمان ضروری دانست. دسته ای از شواهد که مرا تشویق به بررسی بیشتر می کرد، مشاهدات من از مراجعات معلمان بود. با اینکه من رابط پژوهش بودم و انتظار داشتم که معلمان در ارتباط با مشکلات پژوهشی با من بیشتر مشورت کنند تا سایر مسایل، ولی در کمال تعجب می دیدم که بسیاری از مراجعات روزانه معلمان، پیرامون مشکلات و مسایل مهارت های اجتماعی بود که بعضاً خواسته یا ناخواسته برای پیدا کردن راه حل یا رفع نگرانی شان، آنرا با من در میان می گذاشتند. این نشان می داد که بخشی از معلمان از ضرورت موضوع مهارت های اجتماعی آگاهند، ولی نیازمند راهنمایی هستند تا اطلاعات

کاملتری بدست آورند. تا اینجا مشاهدات من ضرورت بازنگری این بخش از آموزش را تایید می کرد. برای اطمینان یافتن از صحت این مشاهدات از معلمان نظرسنجی کردم. بیشتر معلمان اعتقاد داشتند که آموزشهای مرتبط با مهارتهای اجتماعی باید برای همه معلمان گفته شود و حتی چند نفری از آن ها این را دیر می دانستند. و این فرصت مناسبی بود تا نظر آنان را بررسی کنم. این گروه از معلمان تاکید بیشتری بر آموزش مهارتهای اجتماعی به معلمان داشتند. یکی از سوالات مهمی که از آنان پرسیدم این بود که: آیا به عنوان یک معلم می توانند این آموزش ها را به دانش آموزانشان منتقل کنند؟ به فرزندشان چطور؟ در کمال تعجب پاسخ اکثریت آنان این بود که اگر اطلاعات کافی را داشتند و دوره دیده بودند، به عنوان معلم می توانستند در کلاس آموزش بدهند ولی صحبت کردن از مهارتهای اجتماعی برای فرزندشان بسیار سخت است، دلیل عمده آن را در نداشتن اطلاعات می دانستند، چند نفر هم به دلیل اینکه مشغله کاریشان زیاد بود، نداشتن وقت کافی را بهانه کردند. تا اینجا مشخص شده بود که ۱۰۰٪ معلمان با آموزش مهارتهای اجتماعی موافقت می کردند. اگرچه در مورد نحوه آموزش، زمان و محتوای آن نظراتی داشتند. به سراغ معلمان به عنوان افراد اصلی پژوهش رفتم. در آغاز آنان را با هدف کار آشنا کردم و به آنها اطمینان دادم که صحبتهایشان به صورت محرمانه باقی خواهد ماند. با توجه به سن و سالشان مطمئن بودم که اطلاعات زیادی در مورد مهارتهای اجتماعی دارند، که البته طرح چند سوال ابتدایی مسئله را تایید کرد. سوالات عبارت بود از: (پیوست ۱۲) - چقدر اهل مهارتهای اجتماعی هستم - اغلب آرزویم این است که بتوانم روزی یک مهارت بخوانم - من اهل مهارتهای اجتماعی هستم - با اطرافیانم به یادگیری مهارتهای اجتماعی می پردازم - و برگه ی پاسخ ها بدون نوشتن نام و نام خانوادگی بود تا معلمان امنیت خاطر داشته باشند و ملاحظات اخلاقی نیز رعایت شود. پس از بررسی آنها نتایج زیر حاصل شد: از ۶۱ سوال ارائه شده در پرسشنامه به معلمان ۸۰٪ جواب بلی و ۱۷٪ جواب خیر و ۳٪ نیز به این سوال جواب نداده بودند. نتیجه اینکه بیشتر آنان در ذهن خود سوالات و نکات مهمی دارند، حتی آنان که جواب خیر داده بودند، زیرا به نظر می رسید این پاسخ خیر به دلیل ندانستن موضوع یا نداشتن اطلاعات باشد.

گروه سومی که می بایست از نظراتشان مطلع می شدم، معلمانی که جواب نداده بودند. در اولین جلسه ی آموزش که معلمان دعوت شده بودند (تاریخ، ۹۹/۸/۵) طی یک نظرسنجی اولیه در زمینه ضرورت آموزش مهارتهای اجتماعی و موانع موجود بر سر راه این آموزش، این نتایج حاصل شد: (پیوست ۴ و ۵ و ۱۶) بعضی از معلمان با من در مورد آموزش مهارتهای اجتماعی اطلاعاتی داشتند. بعضی از معلمان در این باره اطلاعاتی نداشتند. بعضی از معلمان در این باره نداشتن روش مهارتهای اجتماعی مناسب را علت می دانستند. و عده ای نیز نداشتن وقت کافی را علت می دانستند. در پاسخ به این سوالات، نتایج زیر بدست آمد: ۱- آموزش مهارت های اجتماعی می تواند در بهبودی یا علاقمندی آنان به مهارتهای اجتماعی مؤثر باشد، موجب افزایش میزان کفایت شخصی آنها و توانایی ایشان در روابط بین فردی با همسالان گردد. ۲- آموزش مهارت های اجتماعی بر افزایش علاقمندی معلمان و با افزایش شایستگی های اجتماعی و ارتقاء سطح روابط بین فردی آنان ارتباط قاطع دارد و بر افزایش مفهوم خود تحصیلی معلمان مؤثر می باشد. ۳- نتایج مورد انتظار آموزش مهارت های اجتماعی، رشد تواناییهای فردی در مقابله با استرس و حل مشکل، مهارتهای اجتماعی مستمر، رشد و بهبود روابط با همسالان، یادگیری بهتر و جلب مشارکت فعال معلمان در جهت آموزش و انتقال آموخته ها می باشد. ۴- آموزش مهارت های اجتماعی به معلمان موجب ایجاد تغییر در دانش، نگرش و علاقمند شدن به مطالعه در آنها شده است.

۱-۵-۳-روایی و پایایی پرسشنامه علاقمندی به مهارتهای اجتماعی .

ابزارهای گردآوری اطلاعات عبارتند از: نمودار استخوان ماهی، پرسشنامه علاقمندی به مهارتهای اجتماعی. در ابتدا به منظور حذف متغیرهای کنترل از جمله سن و هوش کنترل شدند. اطلاعات این پژوهش به وسیله نمودار استخوان ماهی و پرسشنامه علاقمندی به مهارتهای اجتماعی و راهنمای آموزش مهارتهای اجتماعی جمع آوری شده است. پس از آن معلمان مورد آزمون پرسشنامه علاقمندی به مهارتهای اجتماعی قرار گرفتند. سپس آموزش مهارت های اجتماعی بر روی معلمان

انجام گرفت. پس از اتمام معلمان مورد آزمون پرسشنامه علاقمندی به مهارت‌های اجتماعی قرار گرفتند. گلدبرگ و ویلیامز^{۳۷} (۱۹۹۸) پایای تنصیف ۰/۹۵ و جان (۱۹۸۵) ثبات درونی پرسشنامه علاقمندی به مهارت‌های اجتماعی را با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۹۰ گزارش نمودند. کیس (۱۹۸۴) آلفای کرونباخ پرسشنامه علاقمندی به مهارت‌های اجتماعی را ۰/۹۳ به دست آورد و شک (۱۹۸۴) ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۸ را بر روی ۲۱۵۰ دانش آموز گزارش نمود (به نقل از به پژوه و سلیمیان، ۱۳۸۰، ص ۸۱). پایایی فرم ۵۸ سوالی پرسشنامه علاقمندی به مهارت‌های اجتماعی توسط پالاهنگ، نصر، براهنی و شاه محمدی (۱۳۷۵)، ۰/۹۱ محاسبه شده است (سلحشور، ۱۳۷۹) (۱۹۶۷) ضریب باز آزمایی ۰/۸۸ را بعد از ۵ هفته و ضریب باز آزمایی ۰/۷۰ را بعد از سه سال برای مقیاس علاقمندی به مهارت‌های اجتماعی به دست آورده اند تحلیل عوامل نشان داده است که فرد، مقیاسها عامل های متفاوتی از علاقمندی به مهارت‌های اجتماعی را می سنجند (به نقل از آقاجانی، ۱۳۸۱، ص ۶۹). شکرکن و نیسی (۱۳۷۳)، در پژوهشی که بر روی معلمان سال اول تا سوم دبیرستانهای نجف آباد انجام دادند، ضریب پایایی باز آزمایی این مقیاس را برای معلمان دختر و پسر به ترتیب ۰/۹۰ و ۰/۹۲ گزارش کرده اند. علامه (۱۳۸۴) نیز با اجرای این مقیاس بر روی یک نمونه دانش آموز پایایی این مقیاس را با روش تنصیف ۰/۸۳ و با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۴ به دست آورد کرده است. تحقیقات متعدد ضریب اعتبار مقیاس علاقمندی به مهارت‌های اجتماعی را تایید کرده اند، در مهارت‌های اجتماعی شکرکن و نیسی (۱۳۷۳) ضریب اعتبار این مقیاس از طریق همبسته کردن نمره های آزمون با معدل آخر سال معلمان محاسبه گردیده است و ضرایب بدست آمده برای پسران ۰/۶۹ و برای دختران ۰/۷۱ (p = ۰/۰۰۱) گزارش شده است. علامه (۱۳۸۴) برای محاسبه اعتبار این پرسشنامه از روش همبسته کردن آن با نمره های مقیاس علاقمندی به مهارت‌های اجتماعی استفاده نموده است و ضریب اعتبار ۰/۵۳ - را با (p < ۰/۰۰۱) به دست آورده است. (باپیری، ۱۳۷۶، ص ۸۵)

۱-۶- تجزیه و تحلیل و تفسیر داده ها

۱-۶-۱- بررسی های اولیه

پس از گردآوری اطلاعات، برای اطمینان از صحت آن ها به بررسی اولیه داده ها پرداختیم. برای این کار، تک تک پرسشنامه ها را بررسی کردم تا داده های نامعتبر در آن ها وجود نداشته باشد. خوشبختانه فقط چند پرسشنامه به طور کامل پر نشده بودند و داده های از دست رفته نگذاشتند که در روند تحلیل مشکلی پیش نمی آورند. (برای مثال در بعضی از پرسشنامه ها هر دو پاسخ علامت زده شده بود). بعد از بررسی داده های حاصل از مشاهدات و مصاحبه ها، موارد تکراری حذف شدند. (برای مثال چند پرسشنامه به طور کامل پر نشده بودند و بعضی از پرسشنامه ها هر دو پاسخ علامت زده شده بود).

۱-۶-۲- ساماندهی و تجزیه و تحلیل داده ها

پس از بررسی های اولیه و رفع تناقض های موجود، اطلاعات گردآوری شده به دقت مورد بررسی قرار گرفتند. برای تجزیه و تحلیل داده ها از نمودار استخوان ماهی استفاده شده است (پیوست ۵) قبل از ترسیم این نمودار، برای ساماندهی بهتر علل عدم آموزش مهارت‌های اجتماعی به موقع و صحیح به معلمان نسبت به جامعه و خانواده و اداره، نتایج حاصله را طبقه بندی کردم. این علت ها در چهار دسته خانواده، اداره، جامعه و معلمان قرار داده می شوند و شامل موارد زیر هستند:

۱-۶-۲-۱- خانواده

- عدم ارتباط کافی با روشهای مهارت‌های اجتماعی
- بی تجربگی و سن کم
- نادانی و ناآگاهی

3	-Goldberg &Williams	7
3	-Keyes	8
3	-Shek	9
4	Missing Value	0

- تأثیر آموزشهای گروه همسالان
- عدم ارتباط صحیح با معلمان
- عدم ارتباط کافی با معلم
- کم رویی در برقراری ارتباط

۱-۶-۲-۲- اداره

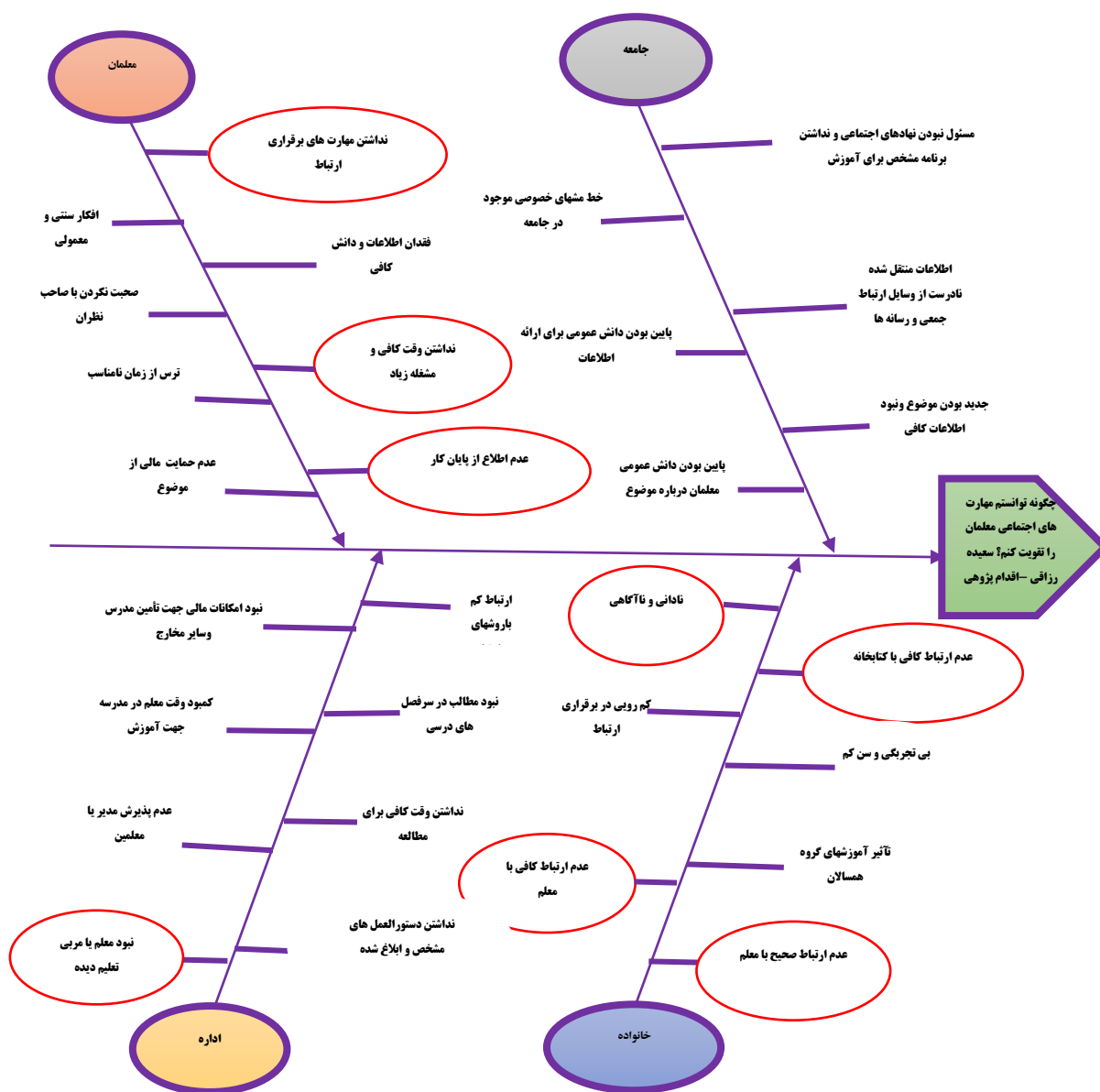
- عدم پذیرش مدیر یا معلمین
- کمبود وقت معلم در اداره
- نبود معلم یا مربی تعلیم دیده
- نبود مطالب در سرفصل های درسی
- نداشتن دستورالعمل های مشخص و ابلاغ شده
- ارتباط کم با روشهای مهارتهای اجتماعی
- نداشتن وقت کافی برای مهارتهای اجتماعی
- نبود امکانات مالی جهت تأمین مدرس و سایر مخارج

۱-۶-۲-۳- جامعه

- خط مشیهای خصوصی موجود در جامعه
- مسئول نبودن نهادهای اجتماعی و نداشتن برنامه مشخص برای آموزش
- اطلاعات منتقل شده نادرست از وسایل ارتباط جمعی و رسانه ها
- جدید بودن موضوع و نبود اطلاعات کافی
- پایین بودن دانش عمومی معلمان درباره موضوع
- پایین بودن دانش عمومی برای ارائه اطلاعات

۱-۶-۲-۴- معلمان

- افکار سنتی و معمولی
- فقدان اطلاعات و دانش کافی
- نداشتن وقت کافی و مشغله زیاد
- عدم اطلاع از پایان کار
- عدم حمایت مالی از موضوع
- ترس از زمان نامناسب
- نداشتن مهارت های برقراری ارتباط
- صحبت نکردن با صاحب نظران



نمودار ۱: نمودار استخوان ماهی

۱-۶-۳-تفسیر داده ها

کتاب و منابع معتبر علمی و صاحب نظران، همگی بر لزوم آموزش مهارتهای اجتماعی به شیوه ی صحیح و در زمان مناسب تاکید دارند. (احمدیان، ۱۳۸۸، ص ۴۵). ۶۰٪ از طبقات مردم از جمله استادان، دانشجویان، فرهنگیان، با تدریس آموزش مهارتهای اجتماعی در مدارس موافقت (فرمهبینی به نقل از دوایی، ۱۳۸۳، ص ۱۴-۱). پس از مهارتهای اجتماعی و بررسی داده های بدست آمده از روش های مختلف، از تفسیر داده های نمودار استخوان ماهی کمک گرفتیم. با بررسی دقیق این نمودار به این نتیجه رسیدیم که همه عوامل تحت کنترل و قابل تغییر توسط ما نیستند، مانند نبود معلم یا مربی تعلیم دیده. که همه آنها را با خط دور قرمز نشان داده شده است. به همین دلیل از هر دسته، عوامل قابل تغییر که می توان بر آنها تاثیر گذاشت را انتخاب کردم. این عوامل عبارتند از:

۱-۶-۳-۱-خانواده

- عدم ارتباط کافی با روشهای مهارتهای اجتماعی
- نادانی و ناآگاهی

- عدم ارتباط صحیح با معلمان

- عدم ارتباط کافی با معلم

۱-۶-۳-۲- اداره

- نبود معلم یا مربی تعلیم دیده

۱-۶-۳-۳- جامعه

در جامعه عواملی که تحت کنترل و قابل تغییر توسط ما هستند، وجود ندارد.

۱-۶-۳-۴- معلمان

- نداشتن وقت کافی و مشغله زیاد

- عدم اطلاع از پایان کار

- نداشتن مهارت های برقراری ارتباط

در نمودار ۱ عوامل قابل تغییر توسط اقدام پژوهی با دایره قرمز رنگ انتخاب شده اند (برای مشاهده این نمودار با اندازه بزرگ تر به پیوست ۶ مراجعه کنید). البته در بعضی از عواملی که انتخاب نشده اند نیز تا حدی می توان تغییرات جزئی ایجاد کرد. پس از بررسی شواهد و تجزیه و تفسیر آنها و رسم نمودار استخوان ماهی (پیوست ۷)، نتایج زیر را بدست آوردم: 1- از دیدگاه معلمان، آموزش ابعاد مختلف مهارت های اجتماعی برای همه معلمان ضروری است. 2- اولین فردی که باید دانش و اطلاعات و مهارت بیشتری در زمینه آموزش مهارت های اجتماعی کسب نماید مادر است، زیرا معلمان اولین مرجع بدست آوردن اطلاعات را مادر خود می دانستند. 3- مهمترین مانع ارتباطی که معلمان بین خود و معلمان در زمینه آموزش ابعاد مختلف مهارت های اجتماعی می دیدند، نادانی و ناآگاهی بود که می توانست مانع انتقال اطلاعات درست و به موقع شود. درحالیکه به نظر می رسد نداشتن اطلاعات کافی از ابعاد مختلف آموزش مهارت های اجتماعی مانند نوع، میزان، شیوه و زمان گفتن اطلاعات، مانع اصلی عدم ایجاد ارتباط است. بطوریکه اگر معلمان بدانند که آموزش مهارت های اجتماعی چیست و از چه ابعاد وسیعی برخوردار است، آن را با آموزش خط قرمزها اشتباه نگرفته و غافل نمی شوند. بدین ترتیب باید به معلمان آموزشی‌هایی داد که توانایی انتقال اطلاعات صحیح است را پیدا کنند. 4- آموزش به معلمان در زمینه تمام ابعاد آموزش مهارت های اجتماعی لازم است، حتی در بخشهایی که به نظر خودشان نیاز کمتری دارند. 5- اجرای برنامه آموزش مهارت های اجتماعی اثرات بلند مدتی در عملکرد تحصیلی معلمان پیدا کرده است. 6- آموزش مهارت های اجتماعی نشان داد که به دنبال این آموزش، معلمان صداقت بیشتر، نعدوستی بیشتر نشان می دهند. 7- آموزش مهارت های اجتماعی نشان داد که به دنبال این آموزش، معلمان توانایی بیشتر در افزایش علاقه به مهارت های اجتماعی و رابطه بهتر همراه با مهارت های اجتماعی بیشتر به معلمان دارند.

فصل دوم

اجرای راه حل های پیشنهادی

۱-۲- راهکارهای پیشنهادی و راه حل های جدید موقتی

آنچه که از بررسی کتب و مقالات و تجزیه و تحلیل شواهد حاصل شد، نشان می داد که در دو بخش نیاز به اقدام جدید وجود داشت: اولاً باید در زمینه ارتقاء دانش و سواد معلمان و در زمینه آموزش مهارت های اجتماعی اقداماتی انجام می دادم و ثانیاً باید راهکارهایی برای افزایش مهارت ارتباطی معلمان به کار می بستم تا در تبادل اطلاعات بین آنها موثر باشد. از اینرو راهکارهای پیشنهادی خود را نوشته و با معلمان صاحب نظر مشورت کردم. پس از تجزیه و تحلیل و تفسیر داده ها و مشورت با معلمان و صاحب نظران، راهکارهای پیشنهادی و راه حل های جدید موقتی زیر پیشنهاد شدند: ۱- برگزاری کلاسهای آموزشی ویژه معلمان بصورت ماهیانه در طول سال تحصیلی (پیوست ۵ و ۳) ۲- برگزاری جلسات و کارگاههای آموزشی ویژه معلمان با

کمک گرفتن از کارشناسان زبده، با توجه به اولویتهای آموزشی (پیوست ۷ و ۴) - حضور یک مشاور یا متخصص دائمی برای پاسخگویی به معلمان ۴- تهیه و توزیع کتابچه آموزشی مناسب معلمان ۵- برگزاری جلسات آموزشی ویژه معلمان (پیوست ۸)

۲-۲- گزینش، و زدنمودن راهکارهای پیشنهادی و راه حل های جدید

قبل از اجرای راهکارهای پیشنهادی و راه حل های جدید موقتی، هر یک از راه حل های پیشنهادی از نظر عملی بودن بررسی شدند. جدول ۱ به شرایط مورد نیاز برای اجرای هر یک از راه حل ها اشاره می کند.

جدول ۱: شرایط اجرای راهکارهای پیشنهادی و راه حل های جدید

عنوان راه حل پیشنهادی	پیشنهاد دهنده	رد یا انتخاب	شیوه اجرا
۱- برگزاری کلاسهای آموزشی ویژه معلمان بصورت ماهیانه در طول سال تحصیلی	اقدام پژوه	انتخاب	هر جلسه متناسب با مبحثی که قرار است تدریس شود، مثال های کاربردی به معلمان ارائه می شود و برای جذاب نمودن مطالب از روش های متنوع در تدریس استفاده می شود. هر جلسه یک مهارت آموزش داده شود.
۲- برگزاری جلسات و کارگاههای آموزشی ویژه معلمان با کمک گرفتن از کارشناسان زبده، با توجه به اولویتهای آموزشی	اقدام پژوه	انتخاب	با هماهنگی با معاونت پرورشی اداره تجهیزات و شرایط کارگاهی برای اجرای جلسه و آموزش فراهم شود.
۳- حضور یک مشاور یا متخصص دائمی برای پاسخگویی به معلمان	معاونت پرورشی	انتخاب	با هماهنگی با معاونت پرورشی اداره تجهیزات و شرایط اتاق مشاور یا متخصص برای آموزش فراهم شود تا هر جلسه متناسب با وقت معلمان با آنان مشاوره صورت پذیرد.
۴- تهیه و توزیع کتابچه آموزشی مناسب معلمان	اقدام پژوه	انتخاب	کتاب مناسب تهیه و در اختیار آنان قرار گیرد. هر چند جلسه یک مهارت آموزش داده شود.
۵- برگزاری جلسات آموزشی ویژه معلمان	معاونت پرورشی	انتخاب	با هماهنگی با معاونت پرورشی اداره تجهیزات و شرایط کارگاهی برای اجرای جلسه و آموزش فراهم شود.

پس از امکان سنجی و بررسی اهداف، شرایط و شیوه اجرای هر یک از راه حل های پیشنهادی، با توجه به محدودیت هایی که برای اجرا وجود داشت و هم چنین زمان بر بودن اجرای بعضی از راه حل ها و نداشتن فرصت کافی برای تحقق آن ها، هر ۵ راه حل ها برای اجرا انتخاب گردیدند. و مقرر گردید که: ۱- در پایان هر مبحث آموزشی منابع و سایت های مرتبط با درس معرفی شوند. ۲- به افزایش علاقه مندی معلمان برای یادگیری به دلیل جذابیت مطالب و به روز نمودن اطلاعات آن ها توجه شود. ۳- در ابتدای سال، معلمان با کاربردهای آموزش مهارتهای اجتماعی و تأثیری که می تواند بر موفقیت در آینده شغلی آن ها داشته باشد آشنا شوند. ۴- دقت در بالابردن انگیزه معلمان برای انجام تمرین های عملی و افزایش علاقمندی با تکیه بر اعتماد به دانش و دانسته های خود.

۲-۳- اجرای راهکارها و راه حل های انتخابی و نظارت بر آن ها

پس از بررسی نهایی امکان پذیر بودن راه حل های پیشنهادی، مورد قبول واقع شدند که در اینجا نحوه اجرا و نظارت بر هر یک از راه حل های انتخابی در کلاس درس توضیح داده می شود. چون برای اجرای راهکارها نیاز به همکاری معاونت پرورشی و معلمان داشتیم، لذا در ابتدای کار با برگزاری جلسه ای، موضوع را با آنان در میان گذاشتیم و مراحل کار را برایشان توضیح دادیم و پیشنهادات و نقطه نظرات آنان را جویا شدم (پیوست ۴ و ۸ و ۹) در این جلسه تعدادی انتقاد کردند که این طرح، به خصوص برای معلمان، وقتگیر است. من با توضیحاتی که درباره ضرورت این آموزشها و عواقب ناشی از سهل انگاری از آن دادم، توانستم آنان را قانع کنم. در این جلسه از آنان خواستم اجازه دهند تا بتوانم مطالب را به صورت تدریجی، متناسب با

زمان و سن معلمان، به آنان آموزش دهم. به این ترتیب همراه آموزشها انجام می شد. سعی می کردم، از برنامه عقب نیفتم و جلسه تعطیل نشود. باز خوردی که از معلمان در مورد جلسات می گرفتم نشان می داد، جلسات موفق بوده است. علاقه معلمان به موضوع بسیار زیاد بود به طوری که از ابتدای کار، چندین بار اجرای جلسه بعدی را به من یادآوری می کردند و از تعطیلی یا تغییر ساعت جلسه بسیار شاکی می شدند و دوست داشتند که هرروز اجرا گردد. (پیوست ۶ و ۳) در کلاس از تکنیک های مختلف آموزش گروهی، استفاده می کردم از جمله: سخنرانی، بحث گروهی، کتاب طرح کرامت. (پیوست ۳) از جلسه اول مشکلات معلمان را بررسی کردم، در هر جلسه در مورد یکی از مهارتهای اجتماعی صحبت می کردم و موضوع را به بحث و تبادل نظر می گذاشتم و اجازه می دادم که معلمان پرسشهایی را که در ذهن دارند بپرسند. تک تک مهارتهای اجتماعی را با ذکر مثال آموزش داده و سعی می کردم مشکلات احتمالی و راه های پیشگیری را نیز تا حدودی آموزش دهم. (پیوست ۷ و ۳) در بعضی از جلسات پیرامون موضوعاتی مانند مهارتهای اجتماعی، کار گروهی، عزت و احترام پرسش و پاسخ انجام می دادم. برای تکمیل آموزشهایم از اردو و هدیه دادن نیز استفاده کردم. (پیوست ۱۰) سرفصل آموزش مهارتهای اجتماعی به شرح زیر بود:

۱- مهارت کمرویی توسط معلمان ۲- مهارت ها و توانمندی های صحبت فرد با دیگران برای مقابله موثر و پرداختن به کشمکش ها و موقعیت های دشوار مهارتهای اجتماعی ۳- ارتباط مثبت و سازگارانه با سایر انسان ها، جامعه، فرهنگ و محیط روشهای مهارتهای اجتماعی ۴- مهارت های اساسی، لازمه مهارتهای اجتماعی و ادامه مسیر هستند. مثلاً مهارتهای اجتماعی، ما را قادر می سازد تا با مسایل و مشکلات مختلف به خوبی برخورد کنیم. انگیزه باعث می شود در مسیر خود پایدار بمانیم و در طول راه با قدرت حل مسئله می توانیم به خواست هایمان برسیم و با تقویت تفکر خلاق و خلاقیت از موهبت عقل سلیمی که خداوند به ما اعطا کرده است، هرچه بیشتر بهره گیریم. آموزش مهارتهای اجتماعی ۵ ماه به طول انجامید. به اواخر فروردین ماه رسیده بودیم و تقریباً دوهفته از شروع جلسات می گذشت. باید نتیجه گیری آموزش مهارتهای اجتماعی را شروع می کردم. می دانستم این بخش علاوه بر اینکه بسیار ضروری است، نیاز به مهارت ویژه ای دارد، به همین دلیل پرسشنامه ای را توزیع کردم (پیوست ۵) هدفم از توزیع این پرسشنامه فقط آشنایی معلمان با تغییرات رشد عاطفی و شخصیتی رایج در این دوران بود و جمع آوری آمار خاصی را مد نظر نداشتم جز رسیدن به هدف که همان علاقه به مهارتهای اجتماعی و خودباوری در خودشان بود. پس از آشنایی معلمان با این تغییرات، در ارتباط با مشکلات و توانایی های دوران مهارتهای اجتماعی، دو کلاس آموزشی بعد از اتمام کار برایشان برگزار کردم. برای آشنایی بیشتر معلمان با تغییرات روحی و رشد عاطفی و شخصیتی، علاوه بر دو جلسه آموزشی برگزار شده، از آقای قاسمی معاونت پرورشی اداره نیز کمک گرفتم. از ایشان درخواست کردم که جلسات را به شکل کلاس مهارتهای اجتماعی برگزار کند (پیوست ۱۰). که خوشبختانه این جلسات بسیار مورد توجه معلمان قرار گرفت. یکی دیگر از اقداماتی که با کمک آقای قاسمی معاونت پرورشی اداره انجام شد، جلسات انفرادی به معلمان بود. (پیوست ۱۱) از مشکلات بزرگی که در طی اجرای طرح داشتم کمبود وقت معلمان بود، بطوری که از اسفند ماه به دلیل حجم بالای دروس و شروع گرما در مناطق جنوب، متأسفانه آموزشها برای آنان بصورت کامل اجرا نمی شد و اکثراً خسته می شدند و ساعت جلسه را به ۶۰ دقیقه کاهش دادم. این مساله از محدودیتهای بزرگ بر سر راه اقدام پژوهی من بود. البته از ابتدای اسفند ماه برنامه آموزشی اردو را شروع کردم. (پیوست ۹) هنوز بخشی از آموزشهایم برای معلمان باقی مانده بود، بخشی که شاید مهمترین قسمت آموزش مهارتهای اجتماعی می باشد، یعنی مبحث «علاقمندی». با تلاش فراوان دو جلسه آموزشی دیگر برگزار کرده و به این موضوع اختصاص دادم، درباره خصوصی بودن رفتار، توانایی های هر فرد، رعایت فاصله و حریم شخصی در ارتباطات اجتماعی، تفاوت بین نگاه «خوب» و «بد»، باید ها و نبایدها که لازمه علاقمندی آنها به مهارتهای اجتماعی بود، صحبت کردم. از آنان خواستم تا برای مطرح کردن سوالات و تجربیات شخصی خود در زمینه مهارتهای اجتماعی در جلسات انفرادی شرکت کنند. اگر موضوعی را برای گفتن دارند بدون هیچگونه ترس و اضطرابی آن را با من و نه با فرد دیگری در میان بگذارند. البته لازم به ذکر است که پس از آموزش این مبحث، چندین نفر جهت مشاوره مراجعه کردند، و طی جلساتی برای آنان اقدامات مشاوره ای انجام شد. (پیوست ۱۱) (به دلیل رعایت ملاحظات اخلاقی از دادن هرگونه اطلاعاتی در

مورد آنها معذور هستم). می دانستم که باید بین روشهای خانه و اداره همسویی برقرار کنم، از این رو همزمان با آموزش معلمان، جلسات و کارگاه های آموزشی ویژه ی معلمان را نیز طبق برنامه ای که از همان ابتدای سال تحصیلی با هماهنگی معاونت پرورشی اداره زمانبندی کرده بودم، شروع کردم. (پیوست ۸ و ۴) لازم است یادآوری کنم که در ابتدای سال نیز جلسه آموزشی برای معلمان برگزار کرده بودم، ولی تصمیم گرفتم به دلیل اهمیت موضوع این جلسات را دوباره تکرار نمایم. (۴) جلسه دیگر برگزار شد. موضوع جلسات را پس از مشورت با افراد صاحب نظر، با توجه به نظرسنجی های انجام شده از معلمان و در نظر گرفتن اولویتهای انتخاب نموده و برای هر جلسه، تدریس کردم. شرکت کنندگان، معلمان بودند، در پایان هر جلسه از معلمان در زمینه توانمندیشان، میزان تغییرات آنها و موثر بودن مبحث، نظرسنجی انجام می دادم. (پیوست ۴ و ۸ و ۹) همانطور که در قسمت راهکارها به آن اشاره شد بخش دومی که باید مورد توجه قرار می گرفت، مهارت ارتباطی بین معلمان بود. با اینکه کلاسهای آموزشی معلمان برگزار می شد و نتایج نیز رضایت بخش بود، ولی هنوز مشکل برقراری ارتباط بین معلمان وجود داشت. معلمانی بودند که پس از پایان جلسه آموزشی به من مراجعه کرده و می خواستند درباره موضوع صحبت کنم. به خاطر دارم جمله یکی از معلمان را که پس از پایان جلسه آموزش به من گفت: « من همه ی آنچه گفتید را یاد گرفته ام ولی هنوز نمی دانم چگونه آنها را به کار گیرم؟» این مشکل هنوز برای تعدادی از معلمان وجود داشت، آنها برای زمان مهارتهای اجتماعی دچار مشکل بودند و نمی دانستند چگونه شروع کنند. معلمان نیز به سختی به سراغ روشهای مهارتهای اجتماعی می رفتند و اغلب می گفتند: « وقت نداریم که به روشهای مهارتهای اجتماعی برویم». بین معلمان و روشهای مهارتهای اجتماعی فاصله وجود داشت. تصمیم گرفتم در روند آموزش خود بین معلمان و روشهای مهارتهای اجتماعی وحدت برقرار کرده و جلسه ای با حضور معلمان و مسئول روشهای مهارتهای اجتماعی بصورت مشترک برگزار کنم تا این فاصله کمتر شود. بدین ترتیب معلمان در این جلسه فرصت می کردند تا تغییرات را مرور کنند و از تجربیات و نگرانی های خود صحبت کنند. معلمان نیز فرصت داشتند با معلمان ارتباط عاطفی و کلامی بیشتری برقرار کنند. همچنین تصمیم گرفتم پیرامون موضوع علاقمندی به مهارتهای اجتماعی نیز در این جلسه آموزشهایی بدهم. در مورد جلسه مشترک، از معلمان نظرسنجی کردم، بیشترشان نظری مثبت داشتند. از معلمان خواستم پیشنهادشان را برای برگزاری بهتر جلسه بگویند. (جلسه آخر به صورت مشترک برگزار شد) (پیوست ۱۷) یکی از معلمان گفت که می توانیم برای معلمان هدیه ای تهیه کنیم که نشانه بزرگ شدن آنها باشد. و دیگری گفت به آنها هدیه در جلسه یا یک اردو باشد، بدهید. (پیوست ۱۱) این پیشنهادات جرقه ای شد برای یک راهکار جدید و مبتکرانه که به ذهنم خطور کرده بود: « اردوی دسته جمعی معلمان ». (پیوست ۱۱) مجدداً به سراغ جلسات و سایتها رفتم و پیشینه ها را بررسی کردم. می خواستم ببینم که آیا کسی یا گروهی تجربه انجام این کار را داشته است. متوجه شدم در بعضی مناطق دنیا مراسمی تحت عنوان « آیین گذر» برگزار می کنند. (گذر افراد از کودکی و ورود آنها به مرحله جدیدی از مهارتهای اجتماعی را در بعضی جوامع با برگزاری « آیین های گذر» گرامی می دارند. این آیین در فرهنگ های گوناگون به گونه های مختلف برگزار می گردد. می توان برای کودک چیزی خرید که نشانه بزرگ شدن یا یادگیری جدید او باشد. یا پدر و مادر می توانند برای فرزندشان نامه ای در خصوص بزرگ شدن او بنویسند و همراه آن به او هدیه ای بدهند. و یا می توانند یک روز تمام را باهم بگذرانند) (دفریتاس به نقل از طوسی، ۱۳۹۲، ص ۱۲۳) تصمیم گرفتم مراسمی با حضور مشترک معلمان و پژوهش اداره با عنوان اردوی دسته جمعی معلمان و اداره در کانون تربیتی برگزار کنم و در آن هدیه ای از طرف معاونت پرورشی و پژوهش هدیه داده شود. نظر چند نفر از معلمان را جویا شدم، همگی نظری موافق داشتند. مراسم ایده ای بود که به نظر می رسید بتواند تاثیر مثبتی بر روابط معلمان داشته باشد و ضمن گرامی داشت معلمان، زمینه را برای همدلی و هم صحبتی آنان فراهم کند. برای تهیه هدیه نیز پس از نظر سنجی، اقلامی در نظر گرفتم که بتواند در ذهن معلمان باقی بماند. از معلمان علاقه مند، نام نویسی کرده پس از کسب تکلیف از معاونت پرورشی اداره، مبلغی را برای تهیه وسایل اردو از معلمان جمع آوری نمودم (پیوست ۱۳) پس از همفکری با آقای قاسمی معاونت پرورشی اداره، قرار شد اقلام زیر برای اردو تهیه گردد: 1- هدیه با کمک معاونت پرورشی تهیه گردد 2- از پژوهش برای شرکت در اردو دعوت گردد 3- پذیرایی برای معلمان آماده گردد 4- برنامه فرهنگی در نظر گرفته شود. برای تهیه هدیه، با مرکز لوازم التحریر تماس گرفته و آنها را

سفارش دادم. سایر اقلام را نیز با وسواس زیاد از مراکز خرید عمده در سطح شهر و پذیرایی معلمان را تهیه کردم. صحبت اردو باعث به وجود آمدن شور خاصی در بین معلمان شده بود. همه معلمان از این کار استقبال کردند و اعتقاد داشتند که می تواند برای معلمان بسیار موثر باشد. (پیوست ۱۳) در روز اجرای مراسم (۲۵ آذر ۹۹) از معلمان برای تهیه مقدمات کار کمک گرفتم. حضور به موقع معلمان در رأس ساعت ۹ صبح، نشانه استقبال بسیار خوب آنان از طرح بود. متأسفانه فرماندار به عنوان کارشناسان مدعو، به علت مشغله زیاد، نتوانستند در جلسه حضور یابند. در نتیجه سخنرانی و هدایت جلسه را به عهده معاونت پرورشی و ریاست محترم اداره آموزش و پرورش گذاشتم. پس از شروع جلسه و قرائت قرآن، معاونت پرورشی و ریاست محترم اداره آموزش و پرورش سخنرانی کوتاهی را قرائت کرد، که بسیار مورد توجه معلمان قرار گرفت. (پیوست ۱۵ و ۱۳) سپس نوبت به اهدا هدایا رسید، که فضای جمع را صمیمی تر کرد. در پایان مراسم ضمن خداحافظی با آنان، آنچه می دیدم لبخند حاصل از رضایت معلمان و احساس نزدیکی بیشتر و رابطه ای صمیمانه تر بین آنها بود.

فصل سوم

ارزیابی راه حل های پیشنهادی

۳-۱-۱- گردآوری اطلاعات (شواهد ۲) (پیوست ۶ تا ۱۹)

پس از اجرای راه حل های پیشنهادی، به بررسی تغییرات حاصل شده پرداختم. در این مرحله از سه روش زیر استفاده کردم: ۱- مشاهده تاثیر طرح روی رفتار همکاران اداری ۲- مشاهده تاثیر طرح روی رفتار معلمان ۳- ارائه پرسشنامه به معلمان (پیوست ۴)

۳-۱-۱-۱- مشاهده تاثیر طرح روی رفتار همکاران اداری

پس از اجرای طرح، تغییرات زیر را در رفتار معلمان مشاهده کردم: - مشاهده کردم که معلمان مشارکت بیشتری در فعالیت های کلاسی دارند. - به همکاران خود در رفع مشکلات کمک می کنند. - برای مهارت های اجتماعی، خود علاقه نشان می دهد. - از وقت حداکثر استفاده را می کنند و تا آخرین لحظه مشغول به مهارت های اجتماعی هستند.

۳-۱-۱-۲- مشاهده تاثیر طرح روی رفتار معلمان

پس از اجرای طرح، تغییرات زیر را در رفتار معلمان مشاهده کردم: - مشاهده کردم که معلمان ارتباط بیشتری با یکدیگر دارند. - به همکاران خود در رفع مشکلات کمک می کنند. - برای ادامه جلسه یا برگزاری جلسات مشابه علاقه نشان می دهد.

۳-۱-۱-۳- ارائه پرسشنامه به معلمان

پس از بکار بستن راهکارها باید نوع و میزان اثر بخشی آنها را بررسی می کردم. اولین تاثیر اجرای طرح را در خودم دیدم. پس از برگزاری مراسم اردوی معلمان به بخش زیادی از اهدافم رسیده بودم، و احساس رضایت خاطر داشتم. به دو هدف اصلی مورد نظر، که افزایش علاقمندی به مهارت های اجتماعی و آگاهی و دانش معلمان و همچنین ارتباط بهتر معلمان بود، تا حدود زیادی دست یافته بودم. آخرین جلسه به صورت مشترک با معلمان و مسئول روش های مهارت های اجتماعی برگزار شده و به جهت برگزاری نظرسنجی وهم به لحاظ اینکه معلمان نیز فرصت داشتند با معلمان ارتباط عاطفی و کلامی بیشتری برقرار کنند. معلمان با هم در مورد مسائلی صحبت می کردند که تا پیش از این برایشان دشوار بود. موارد گفته شده در جلسات، همگی نکات خوبی برای شروع یک هم صحبتی و «بهبود مهارت علاقمندی به مهارت های اجتماعی» بودند، که به واسطه شرکت در جلسات آموزشی به دست آمده بود. در طول سال تحصیلی نیز پس از پایان جلسات آموزشی، همیشه تعدادی از معلمان به منظور مشاوره به من مراجعه می کردند. بدین ترتیب آماری که برای کسب اطلاعات می آمدند، نسبت به ابتدای سال بیشتر شده بود، که نشانه دستیابی من به بخشی از اهدافم بود. همچنین روزهایی که با معلمان ۱۲۰ دقیقه کلاس برگزار می کردم، همه زمان باقیمانده آن روز را مشغول صحبت انفرادی می شدم، که نشان دهنده افزایش انگیزه معلمان برای بدست آوردن اطلاعات از منبع درست اطلاع رسانی بود. و از مشاهداتم احساس رضایتمندی می کردم. در ارتباط با میزان اثربخشی راهکارهای اجرا شده، در جلسه آخر، از معلمان نظرسنجی انجام شد. نتایج آن به شرح زیر می باشد: برگه ی پاسخ ها بدون

نوشتن نام و نام خانوادگی بود تا معلمان امنیت خاطر داشته باشند و ملاحظات اخلاقی نیز رعایت شود. پس از بررسی آنها نتایج زیر حاصل شد: از ۶۱ سوال ارائه شده در پرسشنامه به معلمان ۸۰٪ جواب بلی و ۱۷٪ جواب خیر و ۳٪ نیز به این سوال جواب نداده بودند. نتیجه اینکه بیشتر آنان در ذهن خود سوالات و نکات مبهمی دارند، حتی آنان که جواب خیر داده بودند، زیرا به نظر می رسید این پاسخ خیر به دلیل ندانستن موضوع یا نداشتن اطلاعات باشد. گروه سومی که می بایست از نظراتشان مطلع می شدم، معلمانی که جواب نداده بودند. در اولین جلسه ی آموزش که معلمان دعوت شده بودند (تاریخ ۹۹/۸/۵) طی یک نظرسنجی اولیه در زمینه ضرورت آموزش مهارت‌های اجتماعی و موانع موجود بر سر راه این آموزش، این نتایج حاصل شد: بعضی از معلمان با من در مورد آموزش مهارت‌های اجتماعی اطلاعاتی داشتند. بعضی از معلمان در این باره اطلاعاتی نداشتند. بعضی از معلمان در این باره نداشتن روش مهارت‌های اجتماعی مناسب را علت می دانستند. و عده ای نیز نداشتن وقت کافی را علت می دانستند. همچنین در پایان هر جلسه آموزشی از مفید بودن موضوع، تدریس سوال می شد. نتایج نظرسنجی ها نشان داد که در نزدیک به ۱۰۰٪ از جلسات، موضوعات مفید بوده و از توانمندی کافی برخوردار بودند. یکی دیگر از شواهد بدست آمده بعد از اجرای راهکارها افزایش قابل ملاحظه میزان مراجعه ی معلمان به من بود. از جمع بندی همه ی این شواهد، می توان به موثر بودن راهکارها پی برد. از معلمان در مورد نقاط قوت و ضعف جلسات نیز نظرسنجی کردم، آنچه در ذیل آمده بعضی از نظرات آنان است: - خیلی خوب بود که با این روشها آشنا شدیم و سوالاتمان کاملا برطرف شد. - خیلی عالی و درخور توجه بود و من بسیار رضایت داشتم چون اوایل نمی دانستم که باید چگونه مهارت‌های اجتماعی موثر کنم. - به روز بودن صحبتها و مطالب و پرداختن به روشهای مهارت‌های اجتماعی از نقاط قوت بود. - تعداد جلسات بیشتر و با فاصله کوتاهتر برگزار شود تا اثرگذار تر باشد. - جلسات را به صورت اینترنتی در سایت اداره بگذارید تا کسانی که نتوانسته اند شرکت کنند نیز استفاده کنند.

۳-۲-ارزیابی تاثیر اجرای طرح

نتایج حاصل از مقایسه شواهد ۱ و ۲ نشان می داد که بخش زیادی از اهداف مورد نظر، بدست آمده بود. برای ارزیابی تاثیر اجرای طرح و میزان موفقیت آن، از روش های زیر استفاده کردم: ۱- حساس سازی معلمان ۲- ارتقاء دانش معلمان ۳- کاهش موانع ارتباطی در آموزش مهارت‌های اجتماعی ۴- آموزش روش مهارت‌های اجتماعی به جای محدودسازی های بی تاثیر ۵- آگاه سازی معلمان از مهارت‌های اجتماعی مستمر و توانایی های خود ۶- دریافت نظرات معلمان درباره طرح پس از اجرا ۷- تایید معاونت پرورشی اداره ۸- نظرسنجی از معلمان ۹- تحقق اهداف مورد انتظار پس از مشاهده تاثیر مثبت طرح روی رفتار معلمان، نظر معاونت پرورشی و معلمان را درباره طرح جويا شدم که در ادامه هر یک از روش ها تشریح شده اند:

۳-۲-۱-حساس سازی معلمان

یکی از اهداف اصلی اجرای این پژوهش آگاه سازی معلمان از نقش خویش در امر آموزش مهارت‌های اجتماعی و ایجاد انگیزه ی لازم برای پیگیری آموزش و اجرای صحیح دستورالعملها بود. با اطلاع رسانی در مورد اثرات مهارت‌های اجتماعی موجود، این حساس سازی ایجاد شد و معلمان از عواقب به تعویق انداختن و مسامحه در این امر، مطلع شدند. حضور در جلسات آموزشی، آمار مراجعات و میزان و نوع سوالات معلمان موید این قضیه بود.

۳-۲-۲-ارتقاء دانش معلمان

هدف دیگری را که دنبال می کردم، انتقال دانش و اطلاعات لازم در زمینه آموزش مهارت‌های اجتماعی معلمان بود. با برگزاری جلسات و کارگاههای آموزشی متعدد، بخش زیادی از این امر مهم بدست آمد. معلمان از اصول علمی آموزش مهارت‌های اجتماعی، شیوه آن و آنچه باید معلمان بیاموزند، آگاه شدند. لازم به ذکر است، برای دست یابی کامل به این هدف می بایست جلسات بیشتر و کاملتری برگزار می گردید و معلمان نیز موظف به حضور در تمام جلسات می شدند.

۳-۲-۳-کاهش موانع ارتباطی در آموزش مهارت‌های اجتماعی

از دیگر اهداف این پژوهش کاهش موانع ارتباطی بین معلمان در مقوله آموزش مهارت‌های اجتماعی بود. شواهد حاصل از نظرسنجی ها و مشاهداتم پس از اجرای راهکارها، نشان دهنده دستیابی به این هدف بود.

۳-۲-۴- آموزش روش مهارت‌های اجتماعی به جای محدودسازی های بی تاثیر

دستاورد دیگر اقدامات انجام شده، آموزش روش مهارت‌های اجتماعی و توجه ویژه به این بخش فراموش شده از آموزش مهارت‌های اجتماعی بود. معلمانی که تا به آن روز مفهوم باور را با ایجاد ناتوانی اشتباه گرفته بودند و تصور می کردند اگر معلم را از داشتن وسایل ارتباطی محروم کنند از او مراقبت کرده اند، دریافتند که با آشنا سازی به مهارت‌های مختلف مهارت‌های اجتماعی، نظارت صحیح و موثر بر روش مهارت‌های اجتماعی، افزایش ساعت مهارت‌های اجتماعی خود بهتر می توانند از او در مقابل خطرات محافظت کنند. این مسایل در جلسات آموزشی معلمان در طول سال تحصیلی و در جلسه آخر آموزش داده شد. نتایج حاصل از آن در نظرسنجی ها مشاهده گشت.

۳-۲-۵- آگاه سازی معلمان از مهارت‌های اجتماعی مستمر و توانایی های خودشان

نتیجه مهم دیگری که در پایان این پژوهش بدست آوردیم تربیت معلمانی بود که با آگاهی از آنچه در توانایی های خودشان در حال اتفاق افتادن است و آنچه در آینده در پیش رو دارند به سلاح آگاهی و دانش مجهز شده و دریافتند که برای یافتن راه صحیح مهارت‌های اجتماعی و فائق آمدن بر آن، نیازمند کمک گرفتن از مهارت‌های اجتماعی هستند. این نتایج از علاقه مندی زیاد آنان به کلاسهای آموزشی، آمار مراجعات و نوع پرسشهای آنان مشهود بود.

۳-۲-۶- دریافت نظرات معلمان درباره طرح پس از اجرا

در جلسه آخر کلاس از معلمان خواستیم تا نظر خود را راجع به طرح و تغییراتی که در جلسات آموزشی آنها ایجاد شده بود بیان کنند. اغلب معلمان از شیوه اجرای جلسات آموزشی به این شکل تشکر کردند. خصوصا درباره تنوع در ابزارهای به کار گرفته شده در جلسات آموزشی.

۳-۲-۷- تایید معاونت پرورشی اداره

توجه: از آنجا نظریات معلمان مهم بود بیان گردیده است. آقای کرمی (معاون مدرسه) پس از خواندن گزارش و بررسی طرح، نظر مساعدی نسبت به طرح داشتند و با در نظر گرفتن بالا رفتن علاقمندی مهارت‌های اجتماعی معلمان این طرح را تایید کردند

۳-۲-۸- نظرسنجی از معلمان

پس از اجرای اقدام پژوهی، نتایج حاصله از آن را در اختیار معلمان قرار دادیم و نظرات ایشان را در این زمینه جویا شدم که خوشبختانه همگی رضایت بخش بودند: آقای رستگار (معاون مدرسه) نیز پس از خواندن گزارش و بررسی طرح، نظر مساعدی نسبت به طرح داشتند و با در نظر گرفتن علاقمندی مهارت‌های اجتماعی معلمان این طرح را تایید کردند. آقای قاسمی (معاون پرورشی اداره) در ارتباط با موضوع پس از خواندن گزارش و بررسی طرح، نظر مساعدی نسبت به طرح داشتند و با در نظر گرفتن تغییرات رفتار معلمان این طرح را تایید کردند. خانم کرمی (کارشناس اداره) نیز پس از خواندن گزارش و بررسی طرح، نظر مساعدی نسبت به طرح داشتند و با در نظر گرفتن تأثیر ارتباط متقابل معلمان این طرح را تایید کردند. خانم علیزاده (معلم مدرسه) نیز پس از خواندن گزارش و بررسی طرح، نظر مساعدی نسبت به طرح داشتند و با در نظر گرفتن تغییر رفتار معلمان و ارتباط خوب آنها با معلمان این طرح را تایید کردند. خانم نامی (کارشناس پژوهش) نیز پس از خواندن گزارش و بررسی طرح، نظر مساعدی نسبت به طرح داشتند و با در نظر گرفتن تغییرات رفتار قابل مشاهده در معلمان این طرح را تایید کردند. خانم عباسی (مدیر مدرسه) نیز پس از خواندن گزارش و بررسی طرح، نظر مساعدی نسبت به طرح داشتند و با در نظر گرفتن تغییر رفتار قابل مشاهده و ارتباط مناسب معلمان این طرح را تایید کردند

۳-۲-۹- تحقق اهداف مورد انتظار

آخرین نشانه موفقیت این طرح، دستیابی به اهداف جزئی است که در ابتدای اقدام پژوهی در نظر گرفته شده بود مانند: ۱- افزایش علاقه معلمان به مهارت‌های اجتماعی ۲- تغییر نگرش معلمان نسبت به کاربردی بودن این موضوع برای افزایش علاقه به مهارت‌های اجتماعی ۳- فراهم نمودن امکانات و شرایط لازم جهت یادگیری بهتر برای افزایش علاقه معلمان به

مهارت‌های اجتماعی ۴-ارتقای سطح علاقه معلمان به مهارت‌های اجتماعی با هدف موفقیت بیشتر در آینده شغلی. با توجه به اهداف فوق، تغییرات رفتار قابل مشاهده در معلمان مشاهده گردید و معلمان از این کار بسیار راضی و خشنود بودند. انتقال دانش و اطلاعات لازم در زمینه آموزش مهارت‌های اجتماعی معلمان قابل مشاهده بود. آگاه سازی معلمان از نقش خویش در امر آموزش مهارت‌های اجتماعی و ایجاد انگیزه ی لازم برای ارتباط را در آنان مشاهده کردم. به موانع ارتباطی بین معلمان آگاه شده بودند. تأثیر ارتباط متقابل معلمان از دیگر اهداف بود که به آن دست یافتیم. حس خودباوری، افزایش علاقه معلمان به مهارت‌های اجتماعی، ارتباط خوب آنها با معلمان به طور قابل ملاحظه ای بالا رفته بود.

۳-۳- اعتبارسنجی

به منظور اعتبار بخشیدن به کارم و برای جلوگیری از خطاها و اشتباهات احتمالی، از همان ابتدای کار با افراد صاحب نظر مشورت کردم. شروع به مهارت‌های اجتماعی و تحقیق درباره مساله کردم، موضوع را با معاونت پرورشی و دیگر معلمان در میان گذاشتم. آنها ضمن ضروری دانستن رسیدگی به موضوع و مثبت خواندن اثر طرح، از من خواستند که با کارشناسان بیشتری در این باره مشورت کنم. در این باره با آقای رحمت الله قاسمی معاونت محترم پرورشی آموزش و پرورش ناحیه یک ری نیز مشورت کردم و راهنمایی های ایشان بسیار مفید و قابل اجرا برای اینجانب بود. همچنین موضوع پژوهش را با ایشان در میان گذاشتم و مراحل کار را برایشان توضیح دادم. نظرشان چنین بود: با انجام این جلسات می توان شاهد افزایش علاقه معلمان به مهارت‌های اجتماعی و رشد و تعالی معلمان بود. ایشان موافقت خود را با اجرای طرح اعلام کردند، که بنده نیز سعی کردم نظر ایشان را اعمال کنم و تغییرات قابل مشاهده در معلمان مشاهده گردید و معلمان از این کار بسیار راضی و خشنود بودند. آقای سلیمیان معاونت محترم اداره، اجرای طرح آموزش مهارت های اجتماعی و علاقمندی معلمان را مفید دانستند، زیرا که می تواند در مهارت‌های اجتماعی مستمر کمک کند. نظرات معلمان نیز در ارتباط با اجرای طرح نیز مفید دانستند. آقای کرمی (معاون مدرسه) گفتند: اجرای طرح بسیار خلاقانه و بدیع بود و با رضایت کامل تمام شرکت کنندگان روبرو شد و بسیار مورد توجه معلمان قرار گرفت و باعث شد کسانی که در طرح شرکت نکرده بودند (معلمان دیگر) بسیار راغب شوند تا در آینده در این جلسات شرکت کنند. آقای رستگار (معاون مدرسه) گفتند: طرح آموزش مهارت های اجتماعی و افزایش علاقمندی معلمان که در طول سال تحصیلی، توسط کارشناس و رابط پژوهش انجام شد، دارای تعدادی نقاط قوت و ضعف است. نقاط قوت طرح، آگاهی معلمان از روشهای صحیح مهارت‌های اجتماعی است و نقطه ضعف طرح اینکه برنامه باید به دفعات بیشتری انجام شود. آقای قاسمی (معاون پرورشی اداره) گفتند: که در طول دوره شاهد اجرای طرح آموزش مهارت های اجتماعی و افزایش علاقمندی معلمان بودند که برای معلمان برگزار می شد و توانست اطلاعات آنان را در زمینه علاقمندی معلمان به مهارت‌های اجتماعی بالا ببرد و در کل جلسات بسیار مثمر ثمر بوده است. خانم علیزاده (معلم مدرسه) گفتند: در سال جاری معلمان در طرحی شرکت داده شدند که توسط کارشناس و رابط پژوهش برگزار شده بود. این طرح، آموزش مهارت های اجتماعی و افزایش علاقمندی معلمان به مهارت‌های اجتماعی بود، با شرکت در جلسه پایانی، (پیوست ۱۷) نتایج بسیار عالی را در معلمان مشاهده کردم، از جمله: برداشت درست و منطقی از رفتار، ارتباط عاطفی و بهتر معلمان با معلمان، توجه به خود مهارت‌های اجتماعی مستمر. خانم نامی (کارشناس پژوهش) گفتند: خیلی راحت تغییرات رفتار را در معلمان مشاهده کردم.

۳-۴- فواید انجام این اقدام پژوهی

با توجه به جایگاهی که آموزش مهارت های اجتماعی در زندگی روزمره ما دارد و نیاز به داشتن رفتار مناسب، ارتباط خوب، علاقه مند نمودن معلمان به مهارت‌های اجتماعی می تواند تاثیر بسزایی در سرنوشت این افراد و موفقیت در آینده شغلی آن ها داشته باشد. آشنایی با مهارت های اجتماعی می تواند به عنوان یک مزیت رقابتی به شمار آید. شیوه هایی که در این اقدام پژوهی عملا به آن ها پرداخته شده، علاوه بر معلمان، برای سایر افراد، قابل استفاده است. از ویژگیهای نوآورانه این طرح می توان به روز بودن راهکارهای عملی آن مانند استفاده صحیح از کتاب مناسب و همچنین منحصر به فرد بودن توانایی ها و ویژگیهای شخصی هر فرد اشاره نمود.

۳-۵- محدودیت ها و مشکلات موجود در اجرای طرح

در اجرای عملی این طرح محدودیت ها و مشکلات زیر وجود داشت: ۱- کم بودن وقت ۲- زمان بر بودن انجام پروژه ۳- تعداد زیاد معلمان در دوره‌در مسیر اجرای طرح، محدودیتهایی وجود داشت، که گاهاً مرا از ادامه ی راه نا امید می کرد و باعث می شد مراحل کار طولانی تر شود و یا حتی مجبور به تغییراتی در روش کار بشوم. اولین و اصلی ترین محدودیت من نداشتن ساعت مشخص برای تشکیل جلسه در کلاس بود، بطوریکه برای گرفتن جلسه از ساعت بعد از ظهر استفاده می کردم و با اینکه در ابتدای کار طی جلسه ای با حضور معلمان برنامه ریزی کرده بودم (پیوست ۹ و ۴) ولی مرتباً باید ضرورت مسئله را برای آنان توضیح می دادم. ظاهراً در نظام تعلیم و تربیت ما کمتر کسی به امر مهارتهای اجتماعی اهمیت می دهد و غالباً کلاسهای آموزشی اولویت بیشتری دارند، در نتیجه به هر بهانه ای آمدن به این جلسه را از من می گرفتند که با هر زحمتی بر روی معلمان کار کردم و از آنان می خواستم تا با همدیگر تمرین و تکرار نمایند که در پایان هم به نتیجه رسیدم. مشکل عمده دیگری که داشتم تعهد نداشتن معلمان برای حضور مرتب در جلسات بود به طوریکه از تمام معلمانی که جهت کلاسها دعوت شده بودند تنها در حدود ۵۰ نفر شرکت کننده ی دائمی داشتیم و مابقی به طور مرتب در جلسات شرکت نمی کردند. یکی دیگر از مشکلات، انتخاب محل برگزاری جلسات معلمان بود، که غالباً جلسات را در سالن یا کلاس برگزار می کردم، (پیوست ۴ و ۸ و ۹) که چندان مکان مناسبی نبود و کمبود امکانات تهویه ای و نارضایتی خدماتی اداره ، بر کیفیت جلسات، استقبال شرکت کنندگان، و میزان بازدهی آن تاثیر منفی داشت. این مساله به همراه سایر مشکلات دیگری که بر سر راه آماده سازی یک جلسه آموزشی وجود داشت، از هماهنگی با معلمان گرفته تا تداخل جلسات با سایر برنامه های اداره و، باعث شد نتوانم تمام ساعتهای پیش بینی شده ی جلسات را طبق برنامه زمان بندی به نحو شایسته اجرا نمایم. محدودیت بعدی، هزینه هایی بود که برای برگزاری جلسات با معلمان مورد نیاز بود، و مرجعی جهت تأمین آن وجود نداشت. البته توانستم این مساله را با همکاری ریاست محترم اداره تا حدودی مرتفع سازم .

۳-۶- جمع بندی و نتیجه گیری

هدف اصلی این پژوهش، آموزش مهارت های اجتماعی برای علاقه مند نمودن معلمان به مهارتهای اجتماعی و توانایی های خودشان بود. برای گردآوری اطلاعات از اسناد و مدارک، مصاحبه، جلسه و پرسشنامه استفاده شد. پس از تجزیه و تحلیل اطلاعات به دست آمده، علت ها را در نمودار استخوان ماهی دسته بندی کردم. (پیوست ۷) سپس با همکاری تعدادی از معلمان به تفسیر علت ها پرداختیم و راهکارهایی برای حل مشکل بی علاقهی معلمان مطرح شد. پس از اعتباریابی، راه حل های زیر انتخاب شدند: ۱- انتقال دانش و اطلاعات لازم در زمینه آموزش مهارتهای اجتماعی معلمان ۲- آگاه سازی معلمان از نقش خویش در امر آموزش مهارتهای اجتماعی و ایجاد انگیزه ی لازم برای مهارتهای اجتماعی ۳- بهبود تغییرات رفتار قابل مشاهده در معلمان ۴- ارتباط خوب آنها با روشهای مهارتهای اجتماعی ۵- تاثیر مهارتهای اجتماعی بر افزایش علاقه مند نمودن معلمان به مهارتهای اجتماعی. بعد از اجرای عملی راه حل ها در جلسات، از طریق مشاهده تاثیر طرح روی رفتار معلمان به گردآوری اطلاعات (شواهد ۲) پرداختیم. برای ارزیابی تاثیر اجرای طرح و میزان موفقیت آن، نظرات معلمان و معاونت پرورشی اداره را درباره طرح جویا شدم که خوشبختانه همه نظر مساعدی داشتند. با بکارگیری شیوه های تدریس و نکاتی که با اقدام پژوهی به آن ها دست یافته بودم، موفق به اجرای طرح شدم. علاوه بر این، مهمترین نشانه موفقیت این طرح، دستیابی به اهداف جزئی که در ابتدای اقدام پژوهی در نظر گرفته شده بود است مانند: تغییر نگرش معلمان نسبت به کاربردی بودن این جلسات، فراهم نمودن امکانات و شرایط لازم جهت یادگیری بهتر و ارتقای سطح رفتار و ارتباط معلمان با هدف موفقیت بیشتر در آینده شغلی. پس از انجام اقدام پژوهی با عنوان « چگونه توانستم علاقمندی معلمان را به مهارتهای اجتماعی افزایش دهم »، علاوه بر نتایجی که در مطالب گفته شده (۲-۵ و ۱-۶-۳ و ۳-۱-۳) نتایج بدست آمد: ۱- با کسب مهارت های اجتماعی وجود و توجه به دیگران و همدلی که در وجودمان نهفته است مسیر خود را هموار می نمایم و در نهایت با تمرکز بر هر آنچه انجام می دهیم، موفقیت خود را تضمین می کنیم. ۲- افراد تنها و کم روبه جای این که از بودن در کنار دیگران خشنود باشند، بیشتر بدبین و نگران هستند و آموزش مهارت های اجتماعی می تواند در این زمینه کارساز باشد. ۳- برای برخورداری

از روابط بین فردی رضایت بخش، تقویت مهارت های اجتماعی بسیار مفید است. ۴- با درک احساسات طرف مقابل به او بفهمانیم که برایش احترام قائل هستیم. ۵- مهارت های اجتماعی علاقمندی را فراهم می آورد. ۶- مهارت های اجتماعی، بی حوصلگی را از بین می برد. ۷- مهارت های اجتماعی به ما کمک می کند با دیگران همکاری و مشارکت بهتری داشته باشیم. مهارت های اجتماعی کنیم. مرزهای روابط با دیگران را تشخیص دهیم. دوستی های مطلوب را حفظ کنیم و در شروع و خاتمه ارتباطات به طور موثرتری رفتار کنیم. یکی از نشانه های مهارت های اجتماعی، علاقمندی است. ۸- اگر آموزش مهارت های اجتماعی با برنامه، منظم و به طور مستمر در طول دوران آموزش معلمان تداوم داشته باشد، موجب رشد همه جانبه معلمان و همکاری و مشارکت همه جانبه میان معلمان و مربیان خواهد شد. ۹- آموزش مهارت های اجتماعی مناسب و فراهم کردن فرصت ها و تجاربی که علاقمندی را افزایش دهد، موجب می شود معلمان بتوانند راهبردها و مهارت های اجتماعی را در تمام محیط ها و موقعیت های واقعی مهارت های اجتماعی تمرین کنند و به کار بندند.

۳-۷- پیشنهادات

با توجه به اجرای طرح و رسیدن به وضع مطلوب که آموزش مهارت های اجتماعی و افزایش علاقمندی معلمان بود و بر اساس تجارب کسب شده در این مدت، پیشنهادهای زیر ارائه می شود:

۳-۷-۱- پیشنهادهای مربوط به معلمان

- ۱- به معلمان محترم موارد زیر پیشنهاد می شود:
- ۱- در مهارت های اجتماعی تمرکز بیشتری را از خود نشان دهند.
- ۲- برای بالابردن علاقمندی خود، بیشتر مهارت های اجتماعی کنند.
- ۳- قبل از مهارت های اجتماعی یک مفهوم جدید، ابتدا علاقه خود به آن مطلب را بررسی کنند.
- ۴- راه هایی را جست و جو کنند که از طریق آن بتوانند فکر خود را به سوی ایده های نو و تازه هدایت نمایند.
- ۵- به تفاوت های فردی معلمان توجه شود و به معلمان فرصت داده شود تا تمام تلاش خود را در زمینه مهارت های اجتماعی بکنند.
- ۶- به خواسته های معلمان توجه کرده و حین مهارت های اجتماعی بازخوردهای مناسبی از آن ها گرفته شود.
- ۷- افکار و عقاید خود را به راحتی مطرح کنند و از مواجهه با عقاید مختلف استقبال کنند.
- ۸- برای مهارت های اجتماعی و افزایش علاقمندی معلمان راه های مختلف را بررسی و تا رسیدن به نتیجه دلخواه تلاش کنند.
- ۹- همواره کنجکاو بوده و در جست و جوی اطلاعات جدید و نو باشند.

۳-۷-۲- پیشنهادهای مربوط به مسئولین

- ۱- به مسئولین موارد زیر پیشنهاد می شود:
- ۱- ایجاد درس مهارت های اجتماعی و افزایش علاقمندی معلمان در جهت آموزش مهارت های مورد نیاز خود از دوره آمادگی تا دانشگاه، ایجاد دوره های آموزشی ضمن خدمت برای آشنایی معلمان، مدیران و مربیان با مهارت های مورد نیاز.
- ۲- تمام مربیان و معلمان، برای این منظور آموزش ببینند و پس از بدست آوردن مهارت لازم، این آموزشها را به دانش آموزانشان منتقل کنند.
- ۳- این آموزشها با سرفصلهای مشخص و با کمک گرفتن از مدرسان حرفه ای و دوره دیده، جهت همه ی معلمان الزامی شود.
- ۴- آموزش نحوه ایجاد و آموزش مهارت های اجتماعی به معلمان
- ۵- تشکیل کمیته تخصصی آموزش مهارت های اجتماعی به معلمان در آموزش و پرورش به منظور برنامه ریزی و اقدام منسجم در خصوص آموزش مهارت های اجتماعی

۶- به منظور آگاهی از نیازها و مشکلات مهم معلمان و شناسایی ضرورت‌ها و محورهای اصلی آموزش مهارت‌های اجتماعی به معلمان، دفاتر مرکزی درصدد جمع‌آوری اطلاعات لازم با استفاده از تحقیقات و پژوهش‌های انجام گرفته و نیازسنجی و نظرسنجی از معلمان برآمده و در این رابطه اقدامات لازم توسط سازمانهای مربوطه (آموزش و پرورش) را انجام دهند

۷- برگزاری جلسات آموزشی مهارت‌های مختلف مهارت‌های اجتماعی به معلمان توسط سازمانهای مردم نهاد.

۸- از طریق رسانه های گروهی و با بهره گیری از کارشناسان مجرب ، به آموزش مهارت های اجتماعی به عنوان یک برنامه همگانی پرداخته شود، تا ضمن اطلاع رسانی در خصوص تأثیر مثبت آموزش مهارت های اجتماعی ، همه سطوح جامعه با اهمیت این برنامه و تأثیر مثبت آن بر ابعاد گوناگون آن آشنا شوند.

۳-۷-۳- پیشنهاد به علاقه مندان پژوهش

به علاقه مندان پژوهش موارد زیر پیشنهاد می شود:

۱- در زمینه آموزش مهارت های اجتماعی و ابعاد مختلف آن اقدام پژوهی انجام داده و راهکارهایی عملی و مناسب برای بهبود آموزش ارائه دهند.

۲- از منابع مختلف اطلاعات مناسب و دقیقی درباره موضوع اقدام پژوهی ، به دست آورند.

۳- به جنبه های مثبت و منفی مسئله اقدام پژوهی توجه داشته و یکسونگر نباشند.

۴- قدرت تجزیه و تحلیل و استنتاج موضوعات مختلف اقدام پژوهی را داشته باشند.

۵- با ذهن باز و متفکرانه نسبت به مسایل اقدام پژوهی اظهار نظر کنند

۶- نسبت به امور و پدیده های اطرافمان، حساسیت و دقت بیشتری داشته باشید.

۷- درباره مسایل پیش آمده، فکر کنید و دچار احساسات و هیجان های شدید و کاذب نشوید و از قضاوت عجولانه، تعصب و خودرایی درباره موضوعات مورد بحث اکیداً بپرهیزید.

منابع و مأخذ

۱. قرآن کریم
۲. احمدیان، سعید، (۱۳۸۸) بهداشت روانی، انتشارات رشد،
۳. اسماعیلی، محمد. (۱۳۸۰). بررسی اثر آموزش درس مهارت های زندگی در تعامل با شیوه های فرزند پروری بر عزت نفس معلمان استان اردبیل. فصلنامه پیام مشاوره، سال سوم، شماره ۶.
۴. افروز، غلامعلی (۱۳۷۲) کتاب و فرهنگ کتابخوانی، ماهنامه پیوند، تهران، پژوهش اولیاء و مربیان، تابستان.
۵. افروز، غلامعلی (۱۳۷۲) روانشناسی و تربیت کودکان و نوجوانان، چاپ سوم، تهران، انتشارات پژوهش اولیا و مربیان،
۶. آقاجانی، مریم. (۱۳۸۱). بررسی تأثیر آموزش مهارت های زندگی بر سلامت روان و منبع کنترل نوجوانان. پایان نامه کارشناسی ارشد روان شناسی عمومی، دانشگاه الزهرا.
۷. باپیری، امید علی. (۱۳۷۶). بررسی اثر بخشی روش آموزش مهارت های گروهی حل مسأله در درمان نوجوانان اقدام کننده به خودکشی در ایلام. پایان نامه کارشناسی روان شناسی بالینی، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ایران، انستیتو روان پزشکی تهران.
۸. بخشی، خداداد. (۱۳۸۳) روان شناسی رفتار انسانی، انتشارات پرشکوه.
۹. براهنی، اسماعیل و امیری، حسین و امیدیان ، رسول ، (۱۳۷۲) روشهای افزایش عزت نفس در کودکان و نوجوانان، انتشارات پژوهش اولیاء
۱۰. به پژوه، احمد (۱۳۷۵) . جزوه راهنمای معلم : آموزش مهارت های اساسی به دانش آموزان
۱۱. به پژوه، احمد و سلیمیان ، بهروز (۱۳۸۰) . مقایسه ادراک لیاقت های شناختی و اجتماعی
۱۲. بیابانگرد، اسماعیل، (۱۳۷۹) روشهای افزایش عزت نفس در کودکان و نوجوانان، انتشارات پژوهش اولیاء

۱۳. بیابانگرد، اسماعیل، (۱۳۷۲) چگونه مهارت‌های اجتماعی کنیم؟، ماهنامه پیوند، تهران، پژوهش اولیاء و مربیان.
۱۴. بیان زاده، اکبر و ارجمندی، زهرا (۱۳۸۲). تأثیر آموزش مهارت‌های اجتماعی بر رفتار
۱۵. پارسا، محمد، (۱۳۷۲) روان‌شناسی انگیزش و هیجان، انتشارات دانشگاه تهران، مربیان جمهوری اسلامی ایران.
۱۶. پارسا، حسین (۱۳۷۷) روانشناسی رشد. تهران: انتشارات سمت
۱۷. تبریزی، مصطفی (۱۳۷۲) کتاب درمانی، چاپ اول، تهران، انتشارات فراروان
۱۸. ثمری، علی اکبر و لعلی، فاز، احمد. (۱۳۸۴). مهارت‌های اجتماعی اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر استرس خانوادگی و پذیرش اجتماعی. فصلنامه اصول بهداشت روانی سال هفتم، بهار و تابستان، شماره بیست و پنج و بیست و شش،
۱۹. جوادی، عباس و کدیور، اسماعیل، (۱۳۷۴) روشهای افزایش عزت نفس در کودکان و نوجوانان، انتشارات پژوهش اولیاء
۲۰. حسینی، سید ابوالقاسم (۱۳۷۸). مفاهیم و اهداف بهداشت روانی. فصلنامه علمی- پژوهشی اصول بهداشت روانی، سال اول، شماره اول
۲۱. حقیقی، جمال و موسوی، محمد، مهرباب زاده هنرمند، مهناز و بشلیده، کیومرث (۱۳۸۵). بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر سلامت روانی و عزت نفس معلمان دختر سال اول مقطع متوسطه، مجله علوم تربیتی دانشگاه شهید چمران اهواز، دوره سوم، سال سیزدهم، شماره ۱
۲۲. دادستان، منصور، (۱۳۶۹) روشهای افزایش عزت نفس در کودکان و نوجوانان، انتشارات پژوهش اولیاء
۲۳. دفریتاس، کریستال (۲۰۰۲) کلیدهای آموزش و مراقبت از سلامت جنسی در کودکان و نوجوانان. ترجمه سارا رئیسی طوسی. (۱۳۹۲) چاپ دوازدهم. تهران: نشر صابرین
۲۴. رضوانی، حمیدرضا (۱۳۸۵) نگاهی به تعلیم و تربیت در سیره نبوی. تهران: سازمان بسیج فرهنگیان، مرکز علمی فرهنگی جنات
۲۵. سازمان بهداشت جهانی. برنامه آموزش مهارت‌های زندگی. ترجمه ربابه نوری قاسم آبادی و پروانه محمد خانی (۱۳۷۷). تهران: واحد بهداشت و پیشگیری از سوء مصرف مواد سازمان بهداشت جهانی.
۲۶. سرمد، زهره؛ بازرگان، عباس و حجازی، الهه (۱۳۷۶) رو شهای تحقیق در علوم
۲۷. سلحشور، ماندانا، (۱۳۷۹) پرورش اعتماد به نفس در کودکان و نوجوانان، انتشارات واژه‌آرا،
۲۸. راههای تشویق به مهارت‌های اجتماعی، ترجمه پروانه سپرده (۱۳۷۰)، دبیرخانه‌ی هیئت امناء، کتابخانه‌های عمومی کشور.
۲۹. شریفی، غلام رضا. (۱۳۷۲). بررسی اثر بخشی آموزش مهارت حل مسأله در درمان علائم افسردگی نوجوانان شاهد. پایان نامه کارشناسی ارشد روان شناسی بالینی، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ایران، انستیتو روان پزشکی تهران.
۳۰. شعاری نژاد، علی اکبر. (۱۳۷۱). نقش فعالیت‌های فوق برنامه در تربیت نوجوانان. تهران: موسسه اطلاعات
۳۱. فرمهبینی، محسن، (۱۳۷۴) گسترش فرهنگ مطالعه، همشهری، تهران.
۳۲. فرمهبینی، محسن (۱۳۸۳) محتوای مناسب برای تربیت جنسی در کتب درسی دوره متوسطه. دو ماهنامه دانشور رفتار،
۳۳. قربانی، مرضیه (۱۳۸۸) فعال سازی معلمان در کار مشارکتی یا گروهی، گزارش اقدام پژوهی در سال تحصیلی، ۱۳۸۸-۱۳۸۷ استان گلستان.
۳۴. قرنی، ابوالحسن، (۱۳۸۱-۸۲)، بررسی رابطه بین عزت نفس و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دوره پیش دانشگاهی شهرستان تکاب، (پایان نامه) جهت اخذ درجه کارشناسی.

۳۵. قیطاسی، مینا. (۱۳۸۲). بررسی تأثیر آموزش مهارت های زندگی بر ابراز وجود، عزت نفس و مسئولیت پذیری معلمان دختر سال اول متوسطه ی آموزش و پرورش ناحیه ی یک اهواز. شورای تحقیقات سازمان آموزش و پرورش استان خوزستان.
۳۶. کاربخش راوری، ماشاءالله (۱۳۷۸) چگونه کودکان و نوجوانان را به مهارت های اجتماعی علاقه مند کنیم، چاپ اول، تهران، انتشارات مدرسه،
۳۷. کریم زاده، اسماعیل. (۱۳۸۸) راهنمای آموزش و آداب مهارت های زندگی، تهران، یادمان هنر اندیشه
۳۸. گروهی از مولفان، (۱۳۷۹) راهبردهایی در مدیریت آموزشگاهی، تهران، دفتر عمومی آموزش و پرورش.
۳۹. لاریک، نانس، چگونه بچه هایمان را به مهارت های اجتماعی تشویق کنیم. مترجم مهین محتاج، (۱۳۶۶) چاپ اول تهران، کانون پرورش فکری،
۴۰. محمدخانی، حسن. (۱۳۷۴). بررسی میزان موفقیت و تاثیر کلاسهای آموزش خانواده در افزایش اطلاعات و آگاهی های شرکت کنندگان. پایان نامه کارشناسی ارشد. تهران: دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکز
۴۱. ناصری، حسین. (۱۳۸۴). راهنمای برنامه آموزش مهارت های زندگی، تهران، معاونت امور فرهنگی و پیشگیری سازمان بهزیستی کشور.
۴۲. یادآوری، ماندانا. (۱۳۸۳). تأثیر آموزش مهارت های زندگی بر سلامت عمومی، عزت نفس و خود ابرازی معلمان دختر مقطع متوسطه شهرستان اهواز. پایان نامه کارشناسی ارشد روان شناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اهواز
۴۳. یاسایی، مصطفی (۱۳۷۰) مقایسه پیشرفت تحصیلی و سازگاری اجتماعی دانش آموزان