

## بررسی اثربخشی برنامه درسی غیر رسمی (فعالیت‌های فوق برنامه) بر افزایش مهارت‌های اجتماعی دانشجو معلمان دانشگاه فرهنگیان

سید احمد هاشمی<sup>۱</sup>

سیده بتول حسینی<sup>۲</sup>

تاریخ دریافت: ۹۶/۰۶/۰۴

تاریخ پذیرش: ۹۷/۰۶/۱۵

### چکیده

هدف از پژوهش حاضر، بررسی اثربخشی برنامه درسی غیر رسمی (فعالیت‌های فوق برنامه) بر افزایش مهارت‌های اجتماعی دانشجو معلمان دانشگاه فرهنگیان استان مازندران است. طرح کلی پژوهش یک طرح نیمه آزمایشی با پیش آزمون - پس آزمون به همراه گروه کنترل است. روش نمونه گیری نیز به صورت خوشه ای چند مرحله ای و تعداد نمونه‌های انتخاب شده نیز به منظور انجام این پژوهش، ۳۰ نفر می باشد. گردآوری داده‌ها به وسیله پرسشنامه مهارت اجتماعی ماتسون (۱۹۸۳) انجام و تجزیه و تحلیل داده‌ها نیز با استفاده از نرم افزار آماری SPSS-20 و با آزمون تحلیل کواریانس انجام گردید. تجزیه و تحلیل داده‌ها پس از اجرای برنامه درسی غیر رسمی (فعالیت‌های فوق برنامه) نشان داد، تفاوت معناداری بین میانگین نمرات پیش آزمون و پس آزمون گروه آزمایش، پس از کنترل تفاوت‌های اولیه در پیش آزمون در میزان مهارت‌های اجتماعی وجود دارد ( $P < 0/001$ ). به عبارت دیگر، ارائه برنامه درسی غیر رسمی یا فعالیت‌های فوق برنامه بر افزایش مهارت‌های اجتماعی مناسب دانشجو معلمان تأثیرگذار است.

**کلید واژه‌ها:** اثربخشی، برنامه درسی غیر رسمی (فعالیت‌های فوق برنامه)، مهارت‌های اجتماعی

<sup>۱</sup> دانشیار گروه علوم تربیتی، واحد لامرد، دانشگاه آزاد اسلامی، لامرد، ایران. (نویسنده مسئول)

<sup>۲</sup> دانشجوی دکتری برنامه‌ریزی درسی، گروه علوم تربیتی، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

## مقدمه

بر اساس بررسی‌های به عمل آمده از سوی سازمان جهانی بهداشت، اولین قدم برای دستیابی به زندگی سالم؛ کسب مهارت‌های اجتماعی به عنوان یکی از مؤلفه‌های مهارت‌های زندگی می‌باشد. مهارت‌های اجتماعی به عنوان مهارت‌های لازم برای تطبیق با نیازهای اجتماعی و همین‌طور حفظ روابط بین فردی رضایت بخش و در نهایت ارتقاء سرمایه روانشناختی تعریف می‌شود (گرشام<sup>۱</sup>، ۲۰۱۶). مهارت‌های اجتماعی شامل مجموعه رفتارهایی است که فرد را قادر می‌سازد با سایر افراد رابطه اثربخش داشته باشد و از واکنش‌های نامعقول اجتماعی خودداری نماید (جوناسن و بوسانگ<sup>۲</sup>، ۲۰۱۰؛ به نقل از حسین خانزاده و همکاران، ۱۳۹۵). همکاری، مشارکت و مساعدت، آغازگر ارتباط بودن، کمک طلبیدن، تمجید و تقدیر، نمونه‌هایی از رفتارهایی است که به عنوان مهارت‌های اجتماعی در نظر گرفته می‌شوند (حسین خانزاده و همکاران، ۱۳۹۵). از آنجا که نیازهای اجتماعی متغیر می‌باشند و وابسته به زمینه اجتماعی خاص خود می‌باشند، بنابراین ضروری است که افراد مکانیزم پاسخ اجتماعی منطقی را در خود ایجاد کنند تا بتوانند خود را متناسب با نیازهای موقعیتی و وضعیتی تغییر دهند. ناتوانی برای تغییر رفتار در رابطه با نیازهای متغیر معمولاً به اختلال عملکرد منجر می‌شود. لذا مهارت‌های اجتماعی ضعیف به عدم پذیرش فرد توسط دیگران و ناسازگاری منجر می‌شود (هربرت<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۱۵). هدف اصلی آموزش مهارت‌های اجتماعی، اساساً متوجه شکوفائی ظرفیت‌ها، سرمایه روانشناختی فرد و حس تفاهم اجتماعی است. مهارت‌های اجتماعی، توانایی‌های پیچیده برای ساختن رفتارهایی که به طور مثبت یا منفی تقویت می‌شوند و به ظهور رفتارهایی که توسط دیگران مورد تنبیه یا خاموشی قرار می‌گیرند منتهی نمی‌شود. افرادی که مهارت اجتماعی کافی کسب کرده‌اند در ایجاد رابطه با دیگران موفق‌تر از افرادی هستند که فاقد این مهارت هستند، چرا که مهارت‌های اجتماعی مطلوب سبب بهبود روابط بین فردی، رشد اجتماعی و استقلال طلبی می‌شود. در سال‌های اخیر، بهبود مهارت‌های اجتماعی کودکان و نوجوانان مورد توجه متخصصین روانشناسی و تعلیم و تربیت قرار گرفته است (بیرامی و موحدی، ۱۳۹۴).

1- Gresham

2- Jonassen & Bosung

3- Herbert

در میان عوامل مؤثر بر مهارت‌های اجتماعی دانشجویان، می‌توان به برنامه درسی غیر رسمی (فعالیت‌های فوق برنامه) دانشگاه‌ها اشاره نمود. فعالیت‌های فوق برنامه برنامه‌هایی است که نظام‌های آموزشی به عنوان مکمل برنامه‌های خرد توسعه و وظایف و نقش خود در تربیت فراگیران تدوین و اجرا می‌نمایند (عارفی و همکاران، ۱۳۹۲). اصطلاح فعالیت‌های فوق برنامه به هر فعالیتی که بیرون از برنامه‌های آموزشی منظم و با قاعده دانشگاه رخ می‌دهد، اشاره می‌کند و این فعالیت‌ها داوطلبانه هستند و دانشجویان درجه و نمره‌ای را به سبب مشارکت در آن‌ها کسب نمی‌کنند. این فعالیت‌ها اگر چه در خارج از ساعت کلاسی است اما در موقعیت دانشگاهی ارائه می‌شوند (هولوی<sup>۱</sup>، ۲۰۱۱). فعالیت‌های فوق برنامه با اهداف متعدد توسعه اجتماعی، فیزیکی و شناختی فراگیران مورد استفاده قرار می‌گیرد (فوجیتا<sup>۲</sup>، ۲۰۱۶). دانشگاه به عنوان یک نهاد مهم اجتماعی، همپای خانواده، گروه همسالان و سازمان‌های دیگری که به شکلی متولی فرایند اجتماعی شدن در جامعه هستند، نقش مهمی در ایجاد نگرش مثبت به زندگی و یادگیری و انتقال مهارت‌های لازم به دانشجویان و ارائه آموزش‌های لازم به آنها دارند. یکی از ویژگی‌های موسسات آموزشی مدرن، توجه ویژه به فعالیت‌هایی است که دانشجویان در بیرون از کلاس انجام می‌دهند. این قبیل فعالیت‌ها بدون شک در رشد مهارت‌های اجتماعی دانشجویان موثر هستند. لذا دانشگاه‌ها باید در راستای این مهم برنامه‌ها و زمینه‌های اجرایی لازم را فراهم بیاورند (عارفی و همکاران، ۱۳۹۲).

آثار مثبت فعالیت‌های فوق برنامه متعدد است، رشد روحی و روانی افراد، افزایش مسئولیت‌پذیری شخصی و کمک به افراد در جهت دستیابی به شخصیت مستقل، وحدت و اتحاد در جامعه و تکثرگرایی از جمله آنهاست (سبحانی نژاد، ۱۳۸۷). فردیکز و اکلسز<sup>۳</sup> (۲۰۰۸) بر اهمیت فعالیت‌های فوق برنامه در رابطه با اهداف و تجارب حاصل شده از این برنامه‌ها و تأثیر این تجارب در سایر حوزه‌های زندگی دانشجویان تأکید کرده‌اند. مطالعات جامعه‌شناسی نشان می‌دهد که مشارکت دانشجویان در فعالیت‌های فوق برنامه ممکن است به طور مثبت پیشرفت آموزشی، حرفه و درآمد را تحت تأثیر قرار دهد (اکلسز و باربر<sup>۴</sup>، ۲۰۰۹). پژوهش‌ها نشان می‌دهند که فعالیت‌های فوق برنامه در دانشگاه‌ها فرصت‌های اساسی و مورد نیاز فراگیران را جهت رشد همه جانبه فراهم می‌سازند. با

<sup>۱</sup>- Holloway

<sup>۲</sup>- Fujita

<sup>۳</sup>- Fredricks & Eccles

<sup>۴</sup>- Barber

این حال، تمرکز دانشگاه‌ها باید به طور مداوم در پی بررسی این سؤال باشند که آیا آن‌ها به خوبی ابعاد همه جانبه کل دانشجویان را توسعه می‌دهند (هال<sup>۱</sup>، ۲۰۱۱). البته، اسکریبر و چامبرز<sup>۲</sup> (۲۰۱۲) تشریح می‌کنند که مزایای فعالیت‌های فوق برنامه بر حسب هزینه‌های صرف شده نیز بررسی گردد. روث-کراسنور<sup>۳</sup> و همکاران (۲۰۰۶) بیان می‌کند، از دیدگاه هزینه-فایده، در بسیاری موارد تأثیر برنامه‌های فعالیت‌های فوق برنامه در مقابل بودجه کلی که دانشگاه برای آن صرف نموده است، معامله و معادله استثنائی و بی نظیری محسوب می‌گردد، اما متأسفانه موقعی که بودجه و اعتبار آموزشی کاهش می‌یابد، فعالیت‌های فوق برنامه نخستین هدف و اولویت سیاست حذف به منظور کاهش هزینه‌ها است. علاوه بر سیستم هزینه-فایده، برنامه‌های فعالیت‌های فوق برنامه می‌بایست دائماً به وسیله دانشگاه به خاطر تغییرات جامعه و علائق دانشجویان ارزیابی شوند (براون و اوانز<sup>۴</sup>، ۲۰۰۲). عدم توجه و جدی نگرفتن مسأله فعالیت‌های فوق برنامه، به ویژه در میان فراگیران، آنان را به سوی رفتارهای ناهنجار از جمله، اعتیاد، بی بندوباری و گرایش به رفتارهای مغایر با معیارهای اجتماعی و فرهنگی حاکم در جامعه می‌کشاند (سزبک و همکاران، ۲۰۰۴؛ به نقل از عارفی و همکاران، ۱۳۹۲). همچنین، با توجه به تحولات و دگرگونی‌های سریع اجتماعی، افراد باید مهارت‌های ویژه ای را کسب نمایند تا از روی اندیشه بر سرنوشت خویش حاکم باشند و در انجام مسئولیت خود نقش مؤثر و سازنده را ایفا نمایند که این امر به تنهایی از عهده آموزش رسمی بر نمی‌آید. لذا باید فعالیت‌هایی جانبی طرح ریزی شوند که در غالب آنها آمادگی‌های لازم برای زندگی کردن با جمع با مراعات حقوق متقابل تمرین شده باشد. فقدان این فعالیت‌ها در اوقات فراغت موجب می‌گردد که نوجوانان و جوانان در معرض موقعیت‌های پرخطر قرار بگیرند. مبتلایان به ایدز، اعتیاد، سیگار کشیدن، مصرف الکل، اعمال بی بند و بارانه، آرایش‌های غیر معمول، استفاده از فیلم‌های جنسی، ارتباط غیرمعمول با جنس مخالف از جمله آسیب‌های اجتماعی است که نوجوانان و جوانان را تهدید می‌کند (نادری و همکاران، ۱۳۹۱).

از آن جایی که فعالیت‌های فوق برنامه با کیفیت بالا، کیفیت زندگی تحصیلی دانشجویان را ارتقاء می‌دهد، بنابراین، باید در جریان رشد و اجتماعی آنان جدی تلقی شود. و از آنجایی که

<sup>1</sup>- Hall

<sup>2</sup>- Schreiber & Chambers

<sup>3</sup>- Rose-Krasnor

<sup>4</sup>- Brown & Evans

فعالیت های فوق برنامه از نظر اجتماعی، روانشناسی و حتی سیاسی- اقتصادی، تأثیرات مثبتی روی کیفیت زندگی دانشجویان اعم از زندگی تحصیلی و فردی دارد و دانشجویان از ارکان اصلی نیروهای انسانی کشور محسوب می شوند و نقش به سزایی در تحول، پیشرفت و تعالی هر کشوری دارند، پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی برنامه درسی غیر رسمی (فعالیت های فوق برنامه) بر افزایش مهارت های اجتماعی دانشجومعلمان دانشگاه فرهنگیان استان مازندران انجام پذیرفت. در پی این هدف نیز، محقق به دنبال آزمون فرضیه های زیر می باشد:

- برنامه درسی غیر رسمی (فعالیت های فوق برنامه) بر افزایش مهارت های اجتماعی مناسب دانشجومعلمان دانشگاه فرهنگیان استان مازندران اثربخش است.
- برنامه درسی غیر رسمی (فعالیت های فوق برنامه) بر کاهش رفتارهای غیر اجتماعی دانشجومعلمان دانشگاه فرهنگیان استان مازندران اثربخش است.
- برنامه درسی غیر رسمی (فعالیت های فوق برنامه) بر کاهش پرخاشگری و رفتارهای تکانشی دانشجومعلمان دانشگاه فرهنگیان استان مازندران اثربخش است.
- برنامه درسی غیر رسمی (فعالیت های فوق برنامه) بر کاهش برتری طلبی و اطمینان زیاد به خود داشتن دانشجومعلمان دانشگاه فرهنگیان استان مازندران اثربخش است.
- برنامه درسی غیر رسمی (فعالیت های فوق برنامه) بر بهبود رابطه با همسالان دانشجومعلمان دانشگاه فرهنگیان استان مازندران اثربخش است.

### روش پژوهش

پژوهش حاضر از نوع هدف کاربردی و طرح آن از نوع پیش آزمون- پس آزمون با گروه کنترل است.

جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانشجومعلمان دانشگاه فرهنگیان استان مازندران در سال تحصیلی ۱۳۹۵-۹۶ که بالغ بر ۳۰۰۰ نفر می باشد.

روش نمونه گیری این پژوهش، تصادفی خوشه ای چند مرحله ای است. تعیین حجم نمونه طبق جدول مورگان، ۳۴۱ نفر انتخاب شدند.

سپس پرسشنامه مهارت اجتماعی گرشام و الیوت (۱۹۹۰) بر روی آن ها اجرا شد و افرادی که از مهارت اجتماعی پایینی رنج می بردند، ۳۰ نفر را به صورت تصادفی انتخاب کردیم. ملاک های ورود

آزمودنی‌ها به پژوهش عبارتند از: ۱- عدم ابتلا به بیماری‌های قلبی، ریوی، کلیوی و کبدی (در مجموع بیماری‌های جسمانی)، ۲- دانشجویان مؤنث، ۳- تمایل شرکت در پژوهش (به صورت داوطلبانه). همچنین، ملاک‌های خروج از پژوهش عبارتند از: ۱- ابتلا به بیماری‌های قلبی، ریوی، کلیوی، کبدی و ...، ۲- دانشجویان مذکر، ۳- وجود مشکلات روانپزشکی شدید و ۴- سابقه هر گونه درمان به نوعی که با برنامه درسی غیر رسمی (فعالیت‌های فوق برنامه) مرتبط باشد. در این پژوهش از دو شیوه‌ی گردآوری داده‌ها استفاده شد. یکی از این شیوه‌ها، روش کتابخانه‌ای و دیگر شیوه، روش زمینه‌ای بود. ابزار مورد استفاده در روش زمینه‌ای پرسشنامه مهارت اجتماعی ماتسون (۱۹۸۳) بود.

پرسشنامه مهارت اجتماعی: این پرسشنامه توسط ماتسون (۱۹۸۳) ساخته شده و ۵۶ گویه دارد و مهارت‌های اجتماعی مناسب، رفتارهای غیر اجتماعی، پرخاشگری و رفتارهای تکانشی، برتری طلبی، اطمینان زیاد به خود داشتن و رابطه با همسالان را اندازه‌گیری می‌کند. آزمودنی بر اساس یک مقیاس لیکرت پنج درجه‌ای (کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم) به هر گویه پاسخ می‌دهد. دامنه نمرات این مقیاس از صفر تا ۲۲۴ است. پژوهشگران ضریب آلفای کرونباخ آن را ۰/۸۲ گزارش کرده‌اند. همچنین، اعتبار همزمان این پرسشنامه با آزمون مهارت‌های اجتماعی بیابانگرد ۰/۸۳ است. ضریب پایایی این مقیاس از طریق ضریب بازآزمایی در فاصله زمانی ۱ تا ۳ هفته بین ۰/۷۹ تا ۰/۹۱ و همچنین میزان همسانی درونی این مقیاس برابر با ۰/۷۹ گزارش شده است (صدری و همکاران، ۱۳۹۵).

روش اجرا: ابتدا لیستی از دانشگاه‌های فرهنگیان استان مازندران تهیه شد. دانشگاه‌های فرهنگیان در استان مازندران شامل پردیس صدیقه طاهره، مرکز آموزش عالی بیت‌الهدی آمل و مرکز آموزش عالی حضرت فاطمه (س) قائمشهر ویژه خواهران، پردیس دکتر شریعتی ساری، مرکز آموزش عالی شهید رجایی بابل و مرکز شهید مطهری نوشهر ویژه برادران می‌باشد. در مرحله بعد، به صورت تصادفی (قرعه‌کشی) مرکز آموزش عالی بیت‌الهدی انتخاب شد. سپس از بین مقاطع تحصیلی کاردانی و کارشناسی، به صورت تصادفی مقطع تحصیلی کارشناسی و از بین دانشجویان پیوسته و ناپیوسته، به صورت تصادفی دانشجویان پیوسته، انتخاب شدند. سپس از میان دانشجویان کارشناسی پیوسته، ۳۴۱ نفر به صورت تصادفی انتخاب و به پرسشنامه مهارت اجتماعی پاسخ دادند. در انتها ۳۰ نفر از دانشجویان مذکور که از میزان مهارت‌های اجتماعی کمتری برخوردار بودند، در دو

گروه آزمایش (۱۵ نفر) و کنترل (۱۵ نفر) به صورت تصادفی جایگزین شدند. در مرحله بعد، ابتدا به عنوان پیش‌آزمون پرسشنامه پژوهش در اختیار تمام آزمودنی‌های دو گروه قرار داده شد تا آن‌ها را تکمیل کنند. پس از تکمیل، پرسشنامه‌ها جمع‌آوری شد. یک هفته پس از تکمیل و جمع‌آوری پرسشنامه، فعالیت‌های فوق برنامه مانند تشکیل کانون‌های فرهنگی، انجمن‌های علمی، تشکلهای دانشجویی، اردوها و بازدیدهای علمی، هیئت‌های مذهبی، امور خیریه، نشریات دانشجویی، مسابقات فرهنگی و هنری، علمی و ورزشی و تشکیل نمایشگاه و... توسط کارشناس فرهنگی دانشگاه بر روی آزمودنی‌های گروه آزمایش به مدت ۴ ماه (یک ترم) اجرا شد. آزمودنی‌های گروه کنترل نیز در انتظار ماندند. پس از اتمام جلسات مداخله، پرسشنامه به طور مجدد (به عنوان پس‌آزمون) بر روی آزمودنی‌های دو گروه اجرا شد. لازم به ذکر است که متغیر کنترل در این پژوهش، جنسیت آزمودنی‌ها و متغیر تعدیل‌کننده نیز مقطع تحصیلی آنان (کارشناسی) بود. به منظور تجزیه و تحلیل داده‌های مندرج در پرسشنامه‌های جمع‌آوری شده، پس از کدگذاری متغیر و نمره‌گذاری پرسشنامه‌ها، داده‌ها به وسیله نرم افزار SPSS-20 مورد تجزیه و تحلیل آماری قرار گرفت. به این ترتیب که ابتدا آمار توصیفی (میانگین و انحراف استاندارد) محاسبه و سپس به منظور تبیین معناداری تأثیرگذاری برنامه درسی غیر رسمی (فعالیت‌های فوق برنامه)، از روش آماری تحلیل کواریانس استفاده شد.

### یافته‌ها

ویژگی‌های جمعیت شناختی شرکت‌کنندگان این پژوهش مانند سن و رشته تحصیلی به این شرح است که ۳۶/۵۷ درصد از شرکت‌کنندگان در این پژوهش، ۱۹ تا ۲۰ ساله، ۳۳/۰۴ درصد از آن‌ها ۲۰ تا ۲۲ ساله و ۳۰/۳۹ درصد از آن‌ها نیز ۲۲ تا ۲۴ ساله بودند. همچنین، ۲۴/۱۱ درصد از شرکت‌کنندگان در این پژوهش در رشته راهنمایی و مشاوره، ۲۶/۸۴ درصد در علوم تربیتی، ۲۱/۶۳ درصد در دبیری الهیات و معارف اسلامی و ۲۷/۴۲ درصد در دبیری علوم اجتماعی مشغول به تحصیل بودند.

یافته‌های این پژوهش در دو بخش ارائه شده است. در بخش اول یافته‌های توصیفی مانند میانگین و انحراف استاندارد و در بخش دوم یافته‌های استنباطی شامل بررسی تغییرات درون‌گروهی گروه‌های آزمایش و کنترل در طی زمان و تغییرات بین‌گروهی دو گروه در پس‌آزمون است.

در جدول ۱ مشخصه‌های آمار توصیفی نمرات آزمودنی‌ها در پرسشنامه مهارت اجتماعی ماتسون ارائه شده است.

جدول ۱) مشخصه‌های آمار توصیفی مهارت اجتماعی و مؤلفه‌های آن در میان گروه آزمایش و کنترل

متغیر	میانگین		انحراف استاندارد	
	آزمایش	کنترل	آزمایش	کنترل
مهارت‌های اجتماعی مناسب	پیش آزمون	۱۶/۳۱	۱۶/۲۸	۳/۹۲
	پس آزمون	۲۲/۵۲	۱۶/۳۹	۳/۲۷
رفتارهای غیر اجتماعی	پیش آزمون	۲۰/۶۶	۲۰/۳۳	۵/۳۹
	پس آزمون	۱۵/۸۳	۲۰/۱۷	۵/۵۵
پرخاشگری و رفتارهای تکانشی	پیش آزمون	۲۳/۸۲	۲۳/۳۴	۵/۱۸
	پس آزمون	۱۶/۲۹	۲۲/۹۹	۵/۸۸
برتری طلبی و اطمینان زیاد به خود داشتن	پیش آزمون	۲۱/۴۵	۲۱/۷۸	۵/۴۰
	پس آزمون	۱۶/۸۹	۲۱/۵۶	۵/۲۱
رابطه با همسالان	پیش آزمون	۱۴/۹۴	۱۴/۶۴	۳/۲۳
	پس آزمون	۲۲/۳۷	۱۴/۹۸	۳/۷۸

همان طور که در جدول ۱ ملاحظه می شود، بین میانگین نمرات مهارت اجتماعی و مؤلفه‌های آن در میان گروه آزمایش در پیش آزمون نسبت به پس آزمون آن تفاوت قابل ملاحظه ای وجود دارد؛ در حالی که بین میانگین نمرات مهارت اجتماعی و مؤلفه‌های آن در میان گروه کنترل در پیش آزمون نسبت به پس آزمون تفاوت قابل ملاحظه ای وجود ندارد. به منظور بررسی طبیعی بودن توزیع نمرات از آزمون کولموگروف-اسمیرنوف استفاده شد. نتایج این آزمون در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۲) نتیجه آزمون کولموگروف-اسمیرنوف

منبع	میانگین	انحراف استاندارد	Z	سطح معناداری
پیش آزمون	۴۰/۳۳۱	۴/۳۲۱	۰/۹۹۷	۰/۲۷۸
پس آزمون	۴۱/۷۶۵	۴/۶۴۶	۰/۸۹۷	۰/۳۳۲

همان طور که در جدول ۲ مشاهده می شود، توزیع نمرات پیش آزمون و پس آزمون نرمال است.



از دیگر پیش فرض های استفاده از تحلیل کواریانس، همگونی واریانس در بین جوامع است. لذا ابتدا باید آزمون کنیم که آیا واریانس نمرات پس آزمون دو گروه آزمایش و کنترل همگن هستند یا نه. این کار با آزمون لوین انجام می شود. جدول ۳ نشان دهنده نتایج این آزمون است.

جدول ۳) نتیجه آزمون لوین

منبع	مقدار	df 1	df 2	سطح معناداری
پیش آزمون	۰/۳۲۱	۱	۲۸	۰/۹۵۰
پس آزمون	۰/۲۲۴	۱	۲۸	۰/۸۹۶

همان طور که در جدول ۳ مشاهده می شود، مقدار این آزمون بزرگ است. بنابراین، در سطح خطای ۰/۰۵ فرض همگنی واریانس نمرات دو گروه تأیید می شود. لذا می توان برای تجزیه و تحلیل داده ها از تحلیل کواریانس استفاده نمود.

یکی دیگر از پیش فرض های استفاده از تحلیل کواریانس، همگونی شیب رگرسیون است. نتایج آن در جدول ۴ نشان داده شده است.

جدول ۴) نتایج آزمون همگونی شیب رگرسیون

منابع اثر	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	F	Sig
گروه	۵۴۳/۳۳۲	۲	۲۷۱/۶۶۶	۱/۹۵۶	۰/۹۸۰
پیش آزمون	۳۲۴/۴۴۲	۱	۳۲۴/۴۴۲	۶۷/۷۷۴	۰/۰۰۱
گروه * پیش آزمون	۵۴۳/۳۳۲	۲	۲۷۱/۶۶۶	۱/۹۵۶	۰/۹۸۰
واریانس خطا	۳۳۵/۷۷۸	۲۷	۱۲/۴۳۶		
واریانس کل	۱۲۰۳/۵۵۲	۳۰			

همان طور که در جدول ۴ مشاهده می شود، شیب رگرسیون همگون می باشد (۰/۰۰۱) و این مفروضه نیز مورد تأیید قرار می گیرد. بنابراین استفاده از تحلیل کوواریانس مجاز می باشد. به منظور بررسی تغییرات بین گروهی فرضیه اول پژوهش از تحلیل کواریانس استفاده شد که نتایج آن در جدول ۵ ارائه شده است.

جدول ۵) نتایج تحلیل کواریانس مهارت‌های اجتماعی مناسب

Sig	F	میانگین مجذورات	درجه آزادی	مجموع مجذورات	شاخص آماری منابع تغییرات
۰/۷۷۴	۱۰/۲۸۱	۳۷۸۱/۲۲۱	۱	۳۷۸۱/۲۲۱	پیش آزمون
۰/۰۰۱	۵۴/۱۹۹	۲۳۳۷/۱۱۰	۱	۲۳۳۷/۱۱۰	پس آزمون
		۱۱/۰۵۳	۲۷	۲۹۸/۴۴۳	واریانس خطا
			۳۰	۶۴۱۶/۷۷۴	مجموع

همانطور که در جدول ۵ ملاحظه می‌شود، تفاوت معناداری بین میانگین نمرات پس‌آزمون گروه آزمایش با پس‌آزمون گروه کنترل، پس از کنترل تفاوت‌های اولیه در پیش‌آزمون در میزان مهارت‌های اجتماعی مناسب وجود دارد ( $P < ۰/۰۰۱$ ). به عبارت دیگر، ارائه فعالیت‌های فوق برنامه منجر به افزایش میزان مهارت‌های اجتماعی مناسب دانشجو معلمان دختر دانشگاه فرهنگیان می‌شود. به منظور بررسی تغییرات بین گروهی فرضیه دوم پژوهش از تحلیل کواریانس استفاده شد که نتایج آن در جدول ۶ ارائه شده است.

جدول ۶) نتایج تحلیل کواریانس رفتارهای غیر اجتماعی

Sig	F	میانگین مجذورات	درجه آزادی	مجموع مجذورات	شاخص آماری منابع تغییرات
۰/۵۷۸	۹/۳۸۲	۲۷۵۸/۷۴۸	۱	۲۷۵۸/۷۴۸	پیش آزمون
۰/۰۰۱	۴۷/۰۹۸	۲۸۹۹/۱۲۱	۱	۲۸۹۹/۱۲۱	پس آزمون
		۱۰/۱۲۳	۲۷	۲۷۳/۳۳۱	واریانس خطا
			۳۰	۵۹۳۱/۲۰۰	مجموع

همانطور که در جدول ۶ ملاحظه می‌شود، تفاوت معناداری بین میانگین نمرات پس‌آزمون گروه آزمایش با پس‌آزمون گروه کنترل، پس از کنترل تفاوت‌های اولیه در پیش‌آزمون در میزان رفتارهای غیر اجتماعی وجود دارد ( $P < ۰/۰۰۱$ ). به عبارت دیگر، ارائه فعالیت‌های فوق برنامه منجر به کاهش میزان رفتارهای غیر اجتماعی دانشجو معلمان دختر دانشگاه فرهنگیان می‌شود. به منظور بررسی تغییرات بین گروهی فرضیه سوم پژوهش از تحلیل کواریانس استفاده شد که نتایج آن در جدول ۷ ارائه شده است.

جدول ۷) نتایج تحلیل کواریانس پرخاشگری و رفتارهای تکانشی

Sig	F	میانگین مجذورات	درجه آزادی	مجموع مجذورات	شاخص آماری منابع تغییرات
۰/۳۸۲	۷/۲۲۰	۱۷۳۸/۰۹۸	۱	۱۷۳۸/۰۹۸	پیش آزمون
۰/۰۰۳	۳۵/۱۹۰	۱۸۴۹/۲۲۴	۱	۱۸۴۹/۲۲۴	پس آزمون
		۶/۲۴۹	۲۷	۱۶۸/۷۲۸	واریانس خطا
			۳۰	۳۷۵۶/۰۵۰	مجموع

همانطور که در جدول ۷ ملاحظه می شود، تفاوت معناداری بین میانگین نمرات پس آزمون گروه آزمایش با پس آزمون گروه کنترل، پس از کنترل تفاوت های اولیه در پیش آزمون در میزان پرخاشگری و رفتارهای تکانشی وجود دارد ( $P < ۰/۰۰۳$ ). به عبارت دیگر، ارائه فعالیت های فوق برنامه منجر به کاهش میزان پرخاشگری و رفتارهای تکانشی دانشجو معلمان دختر دانشگاه فرهنگیان می شود.

به منظور بررسی تغییرات بین گروهی فرضیه چهارم پژوهش از تحلیل کواریانس استفاده شد که نتایج آن در جدول ۸ ارائه شده است.

جدول ۸) نتایج تحلیل کواریانس برتری طلبی و اطمینان زیاد به خود داشتن

Sig	F	میانگین مجذورات	درجه آزادی	مجموع مجذورات	شاخص آماری منابع تغییرات
۰/۶۷۵	۱۲/۶۸۵	۳۸۹۴/۷۷۸	۱	۳۸۹۴/۷۷۸	پیش آزمون
۰/۰۰۱	۵۰/۲۳۷	۲۹۰۶/۰۰۹	۱	۲۹۰۶/۰۰۹	پس آزمون
		۱۳/۹۱۹	۲۷	۳۷۵/۸۱۷	واریانس خطا
			۳۰	۳۷۵۶/۰۵۰	مجموع

همانطور که در جدول ۸ ملاحظه می شود، تفاوت معناداری بین میانگین نمرات پس آزمون گروه آزمایش با پس آزمون گروه کنترل، پس از کنترل تفاوت های اولیه در پیش آزمون در میزان برتری طلبی و اطمینان زیاد به خود داشتن وجود دارد ( $P < ۰/۰۰۱$ ). به عبارت دیگر، ارائه فعالیت های فوق برنامه منجر به کاهش برتری طلبی و اطمینان زیاد به خود داشتن دانشجو معلمان دختر دانشگاه فرهنگیان می شود.

به منظور بررسی تغییرات بین گروهی فرضیه پنجم پژوهش از تحلیل کواریانس استفاده شد که نتایج آن در جدول ۹ ارائه شده است.

جدول ۹) نتایج تحلیل کواریانس رابطه با همسالان

Sig	F	میانگین مجذورات	درجه آزادی	مجموع مجذورات	شاخص آماری منابع تغییرات
۰/۶۷۵	۱۲/۶۸۵	۳۸۹۴/۷۷۸	۱	۳۸۹۴/۷۷۸	پیش آزمون
۰/۰۰۱	۵۰/۲۳۷	۲۹۰۶/۰۰۹	۱	۲۹۰۶/۰۰۹	پس آزمون
		۱۳/۹۱۹	۲۷	۳۷۵/۸۱۷	واریانس خطا
			۳۰	۳۷۵۶/۰۵۰	مجموع

همانطور که در جدول ۹ ملاحظه می شود، تفاوت معناداری بین میانگین نمرات پس آزمون گروه آزمایش با پس آزمون گروه کنترل، پس از کنترل تفاوت‌های اولیه در پیش آزمون در میزان رابطه با همسالان وجود دارد ( $P < 0/001$ ). به عبارت دیگر، ارائه فعالیت‌های فوق برنامه منجر به بهبود رابطه با همسالان دانشجو معلمان دختر دانشگاه فرهنگیان می شود.

### بحث و نتیجه گیری

این پژوهش به دنبال آن بود تا به بررسی اثربخشی برنامه درسی غیر رسمی (فعالیت‌های فوق برنامه) بر افزایش مهارت‌های اجتماعی دانشجو معلمان دانشگاه فرهنگیان استان مازندران بپردازد. در این راستا مشخص شد که فعالیت‌های فوق برنامه موجب افزایش رفتارهای اجتماعی مناسب و کاهش رفتارهای غیراجتماعی و نامناسب دانشجو معلمان مرکز آموزش عالی بیت الهدی می گردد. نتایج حاصل از این پژوهش با نتایج حاصل از پژوهش‌های دیگر همسو است. به عنوان مثال، اکسلز و باربر (۲۰۰۹) و فردیکز و همکاران (۲۰۱۲)، فلدمن و ماتزاسکو<sup>۱</sup> (۲۰۰۷)، بارتکو<sup>۲</sup> و اکسلز (۲۰۰۳)، دوتتر<sup>۳</sup> و همکاران (۲۰۰۷)، دارلینگ<sup>۴</sup> و همکاران (۲۰۱۵). نتایج این پژوهش‌ها نشان می دهد که تمامی هزینه‌های مادی و غیرمادی که در جریان اجرای برنامه‌های فوق برنامه صرف می‌شوند نوعی سرمایه گذاری روی منابع انسانی به حساب می‌آیند، زیرا در صورت اجرای مطلوب برنامه‌های فوق برنامه، فرصت رشد و توسعه همه جانبه را برای دانشجو و در نهایت برای دانشگاه، خانواده و جامعه فراهم می‌کند. همچنین، مشارکت در فعالیت‌های فوق برنامه عامل حمایتی و مؤثر در برابر

<sup>1</sup>- Feldman & Matjasko

<sup>2</sup>- Bartko

<sup>3</sup>- Dotterer

<sup>4</sup>- Darling

اثرات منفی رویدادهای زندگی است. بازدهی این نوع سرمایه گذاری ها و بهره دهی این گونه برنامه ها که مکمل آموزش های رسمی به حساب می آید در درجه اول در قالب افزایش دانش، بهبود پیامدهای دانشگاهی، روانی و عاطفی، خانوادگی و اجتماعی (با کسب مهارت های اجتماعی مناسب)، بهزیستی و رضایت از زندگی دانشجویان متبلور می شود. بنابراین، از طریق سنجش میزان افزایش آگاهی ها، بهبود عملکرد دانشگاهی، روانی و عاطفی، خانوادگی و اجتماعی، بهزیستی و رضایت از زندگی و قابلیت های اکتسابی جدید می توان بازده هزینه های مصرف شده در جهت اجرای برنامه های فعالیت های فوق برنامه را توجیه کرد. به طور کلی هزینه های مصرف شده در فرایند اجرای برنامه های فعالیت های فوق برنامه دلیل موجهی بر لزوم ارزشیابی اثربخشی این فعالیت ها می باشد. در انتها پیشنهاد می شود، کارگاه های آموزشی به منظور ارتقاء و کسب مهارت های اجتماعی با استفاده از اساتید مجرب در محیط های آموزشی به خصوص دانشگاه های فرهنگیان اجرا گردد. و در آن از نقش مهم فعالیت های فوق برنامه و پیامدهای مثبت آن بر روی دانشجویان صحبت به میان آید. همچنین، پیشنهاد می شود تأثیرات فعالیت های فوق برنامه بر افزایش مهارت های اجتماعی به صورت جزوه در اختیار دانشجویان دانشگاه فرهنگیان ارائه شود.

از جمله محدودیت های این پژوهش که در بررسی های آینده باید مورد توجه قرار بگیرند به شرح زیر است: برای اندازه گیری میزان مهارت های اجتماعی دانشجویان تنها به استفاده از پرسشنامه ها اکتفا شد، لذا از آن جایی که افراد به خصوص دانشجویان مونث تمایل دارند خود را کامل تر از آن چه هستند، نشان دهند، این امکان وجود دارد که به طور قطعی نتوان اندازه گیری دقیق را تعیین نمود. لذا پیشنهاد می شود در پژوهش های آتی از روش های اندازه گیری دیگری مثل مصاحبه نیز استفاده شود. از آن جایی که پژوهش حاضر بر روی دانشجومعلمان دختر مشغول به تحصیل در مرکز بیت الهدی اجرا شد. بنابراین، تعمیم نتایج به سایر دانشجویان (دانشجومعلمان مذکر) و همچنین دانشجویان دیگر دانشگاه ها را با مشکل مواجه خواهد نمود. لذا پیشنهاد می شود که در پژوهش های آتی جنسیت و مقایسه دانشگاه های مختلف نیز لحاظ گردد.

### کتابنامه

- بیرامی، منصور؛ موحدی، یزدان. (۱۳۹۴). اثربخشی آموزش مهارت‌های اجتماعی بر سرمایه روانشناختی دانشجویان شهر تبریز. *فصلنامه مددکاری اجتماعی*، ۴ (۱)، ۳۰-۳۷.
- حسین خانزاده، عباسعلی؛ یحیی زاده، آیدا؛ سیدنوری، سیده زهرا. (۱۳۹۵). مطالعه موقعیت‌های اجتماعی مشکل‌ساز در کودکان با آسیب بینایی و شنوایی و مقایسه آن با کودکان عادی. *مجله مطالعات ناتوانی*، ۶، ۱۲۴-۱۲۹.
- سبحانی نژاد، مهدی، یوزباشی، علیرضا، عیوضی، مریم و میهمان دوست، زهرا. (۱۳۸۷). تبیین چالش‌ها و راهکارهای بهره‌گیری از فعالیتهای فوق برنامه مدارس جهت تربیت شهروندی دانش‌آموزان، مجموعه مقالات اولین همایش آموزش و یادگیری غیر رسمی، دانشگاه فردوسی مشهد.
- صدری، مریم؛ زارع، مهدی؛ غیائی، مهناز. (۱۳۹۵). اثربخشی درمان مبتنی بر دل‌بستگی بر کیفیت دل‌بستگی و مهارت‌های اجتماعی کودکان مبتلا به اختلال نافرمانی مقابله‌ای. *فصلنامه سلامت روانی کودک*، ۳ (۲)، ۲۱-۳۰.
- طالب پور، مهدی؛ و کشتی دار، محمد. (۱۳۸۸). طراحی مدل نظارت و ارزیابی تربیت بدنی و ورزش فوق برنامه دانشگاه‌ها. *پژوهش در علوم ورزشی*، ۲۴، ۱۳-۳۲.
- عارفی، محبوبه؛ قهرمانی، محمد؛ ابوالقاسمی، محمود؛ خرسندی، اکبر. (۱۳۹۲). اثربخشی فعالیت‌های فوق برنامه دانشگاه شهید بهشتی. *دوفصلنامه مدیریت و برنامه ریزی در نظام‌های آموزشی*، ۱۰، ۴۸-۷۳.
- نادری، امیر؛ حاجی حسین نژاد، غلامحسین؛ تاجیک، عزیزاله؛ زین‌آبادی، حسن رضا. (۱۳۹۱). ویژگی‌های اهداف فعالیت‌های فوق برنامه دانش‌آموزان دبیرستانی با رویکرد پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی. *فصلنامه روانشناسی تربیتی*، ۸ (۲۴)، ۷۱-۹۸.

Brown, R., & Evans, W. P. (2002). Extracurricular activity and ethnicity: Creating greater school connection among diverse student populations. *Urban Education*, 37, 41-58.

Bartko, W. T., & Eccles, J. S. (2003). Adolescent participation in structured and unstructured activities: A person-oriented analysis. *Journal of Youth and Adolescence*, 32, 233-245.

Darling, N., Cadwell, L. L., & Smith, R. (2005). Participation in school-based extracurricular activities and adolescent adjustment. *Journal of Leisure Research*, 37, 51-76.

Dotterer, A. M., McHale, S. M., & Crouter, A. C. (2007). Implications of out-of school activities for school engagement in African American adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 36, 391-401

Eccles, J. S., & Barber, B. L. (2009). Student council, volunteering, basketball, or marching band: What kind of extracurricular involvement matters? *Journal of Adolescent Research*, 14, 10-43.

Fredricks, J. A., & Eccles, J. S. (2008). Participation in extracurricular activities in the middle school years: Are there developmental benefits for African American and European American youth? *Journal of Youth and Adolescence*, 37, 1029-1043.

Feldman, A. F., & Matjasko, J. L. (2007). Profiles and portfolios of adolescent school based extracurricular activity participation. *Journal of Adolescence*, 30(2), 313-332.

Fujita, K. (2016). The effects of extracurricular activities on the academic performance of junior high students. *Undergraduate Research Journal for the Human Sciences*, 5, 76-87.

Gresham, F. M., (2016). Social skills for teaching replacement behaviors: Remediating acquisition deficits in at risk student. *Behavioral disorder*, 3, 363-377.

Herbert J D, Gaudiano B A, Rheingol d A A, Myers V H, Dal rymple K, Nol E M. (2015). Social al skills training augment the effectiveness of cognitive behavioral oral group therapy for social anxiety disorder. *Behavior or Therapy*, 36, 125–138.

Holloway, J. H. (2010). Extracurricular activities: The path to academic success. *Education Leadership*, 57(4), 1-3.

Hall, T. (2011). Contradictions of school reform: *educational costs of standardized testing*. *NASSP Bulletin*, 85, 81-83.

Rose-Krasnor, L., Busseri, M. A., Willoughby, T., & Chalmers, H. (2006). Breadth and intensity of youth activity involvement as contexts for positive development. *Journal of Youth and Adolescence*, 35, 385-499.

Schreiber, J., & Chambers, E. (2012). After-school pursuits, ethnicity and achievement for 8th and 10th grade students. *The Journal of Educational Research*, 96(2), 90-98.

