

رابطه شادکامی و عزت نفس با رشد اجتماعی در دانش آموزان ابتدایی

فاطمه سلیمانی نقندر^۱، ابوطالب سعادت‌ی شامیر^۲

تاریخ دریافت: شهریور 91

تاریخ پذیرش: تیر 92

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه شادکامی و عزت نفس با رشد اجتماعی در دانش آموزان ابتدایی مدارس دولتی شهر مشهد در سال تحصیلی 92-93 بود. از جامعه آماری مذکور نمونه‌ای شامل 400 نفر به شیوه نمونه‌گیری طبقه‌ای مرحله‌ای انتخاب شدند. برای سنجش متغیرهای مورد مطالعه از پرسشنامه عزت نفس کوپراسمیت (کوپراسمیت، 1967)، پرسشنامه شادکامی آکسفورد (OHI) و پرسشنامه مهارت اجتماعی ایندربیتزن و فوستر (1992) استفاده گردید. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چند متغیره با روش گام به گام استفاده شد. نتایج نشان داد که همبستگی شادکامی و عزت نفس با رشد اجتماعی مثبت و معنادار بود. همچنین نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون چندگانه نشان داد که هر پنج متغیر پیش بین (عزت نفس اجتماعی، عزت نفس، شادکامی، عزت نفس کلی و عزت نفس خانوادگی) در دانش آموزان ابتدایی مجموعاً قادرند در حدود ($R^2 = 0/25$) از واریانس رشد اجتماعی را تبیین کنند. افراد شادکام و دارای عزت نفس بالا، دارای مهارت‌های اجتماعی بالایی مانند مهارت‌های احساسی و ادراکی، مهارت‌های جایگزین برای پرخاشگری، مهارت‌های مربوط به مواجهه با فشار و مهارت‌های برنامه ریزی هستند از این رو این افراد از رشد اجتماعی بالایی نیز برخوردارند.

واژه‌های کلیدی: شادکامی، عزت نفس و رشد اجتماعی.

1 دانشجوی کارشناسی ارشد روان شناسی عمومی

2 دکتری روان شناسی تربیتی

مقدمه

انسان اصالتاً موجودی است اجتماعی و جاذبه اجتماعی رشد کودک پایه و اساس زندگی انسانی او را تشکیل می‌دهد. لازمه زندگی اجتماعی، آمادگی روانی، برخورداری از مهارت‌های اجتماعی، اعتماد به نفس و قدرت سازگاری اجتماعی است. از نظر اجتماع مهم‌ترین بعد شخصیت افراد، بعد اجتماعی شخصیت افراد است و در یک کلام، خانواده، اساسی‌ترین بستر رشد شخصیت مطلوب کودکان است (ایچفر و زاگامی، 2010). خواهنمن و دیتون^۲ (2010) نیز معتقدند یکی از مهمترین و موثرترین دوران زندگی آدمی که در آن شخصیت فرد پایه‌ریزی شده و شکل می‌گیرد؛ دوران کودکی است. از این رو کودکان در سنین پایین فقط به توجه مراقبت جسمانی نیاز ندارند؛ بلکه این توجه و تربیت باید همه ابعاد وجودی آنها شامل رشد اجتماعی؛ عاطفی؛ شخصیتی و هوشی را در برگیرد. طبعاً اکثر کودکان از همان کودکی توانایی برقراری و قابلیت‌های یک زندگی اجتماعی را دارد. در این میان نقش پدر و مادر در خانواده و معلمان در مدارس، بسیار حیاتی است و کودک روابط اجتماعی خود را از پدر و مادر و معلمان به عنوان الگوهای اصلی می‌آموزد.

کودک در روند اجتماعی شدن معمولاً معلمان را الگو قرار می‌دهد و رفتار و بر پایه تقلید از دیگران پایه ریزی می‌کنند. بنابراین شناخت نیازهای کودک و تصحیح الگوهای رفتاری نقش مهمی را در شخصیت اجتماعی کودک خواهد داشت (عامری، 1387). از خصوصیات بارز انسان‌ها، اجتماعی کردن کودکان می‌باشد. (علیزاده، 1376). حمایت و شیوه درست فرزند پروری به رفتارها یا اعمال محبت آمیز، مساعدت و همیاری که والدین نسبت به فرزندان خود ابراز می‌دارند، اشاره دارد، شیوه درست تربیت و فرزند پروری که کودکان از والدین خود دریافت می‌کنند منجر به سلامت پایدار قابل توجهی می‌شود، زیرا رابطه والدین و فرزندان با فراهم آوردن شرایط افزایش سلامت موجب رشد و تحول روانی، اجتماعی و زیستی می‌شود. در حقیقت شیوه‌های درست فرزند پروری والدین بر رشد و افزایش سلامت روانی فرد تاثیر می‌گذارد. به ویژه در طول دوران اولیه زندگی، والدین یک کودک، اغلب منبع اصلی برای رشد احساس عزت نفس و یادگیری راه‌های موثر اعمال

کنترل شخصی می‌باشند آنها همچنین نحوه درست رابطه برقرار کردن با دیگران را فراهم می‌کنند که به دور از هر گونه کمروئی و اعتماد به نفس پایین است (لئوناردیو، کایو سگلو، 2002).

یکی از مهم‌ترین منابعی که می‌تواند به صورت مستقیم در عملکرد رشد اجتماعی بودن دانش آموزان موثر باشد، احساس ارزشمند بودن با عزت نفس است و در حالی که احساس بی‌ارزشی و عزت نفس پایین، باعث عدم رشد و پیشرفت تحصیلی می‌گردد و این احساس بی‌ارزشی، می‌تواند موجب اجتناب آنها از روابط اجتماعی می‌شود عزت نفس بالا می‌تواند تا حدودی برخی از مسأله‌ها و مشکل‌های دوران کودکی را جبران نماید. در واقع، فردی که احساس خوبی در مورد خودش دارد، بهتر می‌تواند با مشکل‌ها کنار بیاید. عزت نفس بر فرآیندهای شناختی، گرایش‌ها، نیازها، علاقه‌ها و آزمون‌های فرد اثرگذار و اثرپذیر است. رشد اجتماعی نیز می‌تواند متأثر از میزان عزت نفس دانش‌آموز باشد (استرولی، پهکوپ و خوان، 2010).

عزت نفس یکی از نیازهای اساسی هر فرد است و نقش بسیار تعیین کننده‌ای در سلامت و پیشرفت هر فرد دارد. اسپکتور (2001) معتقد است عزت نفس عبارت است از درجه ارزشمندی که شخص نسبت به خویش احساس می‌کند. منشأ پیدایش عزت نفس، نگرش فرد نسبت به خودش می‌باشد و این نگرش نیز در سایه ارتباط فرد با دیگران به ویژه ارتباط فرد با افراد مهم زندگی‌اش به وجود می‌آید. در دوران نوجوانی به موازات تغییرات و تحولات جسمانی و روانی نوجوان گاه در معرض دوگانگی قرار می‌گیرد. چرا که دوره نوجوانی زمان جستجوی هویت و رشد سیستم ارزش-هایی است که کل زندگی فرد را متأثر می‌سازد. یکی از مهمترین نیازهای این دوره تجربه موفقیت-های است که منجر به بروز حس اعتماد به نفس می‌گردد. نوجوانان باید اطلاعاتی درباره خود داشته باشند. بنابراین نوجوانان در این دوره نیازمند دریافت رهنمودهای اساسی برای نیل به عزت نفس بالا و کسب هویت مستقل و با ارزش هستند تا بتوانند به پیشرفت و موفقیت نایل گردند.

هربست و تکین^۲ (2012) معتقدند که تاثیرات اجتماعی اولیه والدین و شیوه درست رفتار آنها بر منابع روانی فرد تا بزرگسالی ادامه دارد و این نکته مهمی است زیرا تحقیقاتی که روی دانش آموزان صورت گرفته است نشان دهنده این مطلب است که عزت نفس بالا و عقاید کنترل شخصی با

1 Strully, K., Rehkopf, D. & Xuan, Z
2 -Herbs, C.M. & Taken, E.

میزان شادکامی فرد همراه است (تیمکو و هریس). شاد کام بودن بازتاب محتوایی است که مردم احساس سرزندگی می‌کنند. شاد بودن آرمان افراد در هر جای جهان می‌باشد (داینر¹، 2000؛ نقل از لکاس² و دانلان³، 2007). شادکامی، یک حالت هیجانی یا عاطفی است که به وسیله احساس لذت و خشنودی مشخص می‌شود و موقعی است که همه هیجان‌ناخوشایند کنار زده می‌شود (میرز⁴، 1992) در سال 2002 میلادی، مارتین سلیگمن با بیان نظریه شادکامی که به مفهوم 'اودایمونیا'⁵ ارسطو شباهت بسیاری دارد، گام بزرگی را در جهت تعریف شادکامی برداشت (امیریور، 1390). در مطالعه فورنهام و چنگ⁶ (2004) رابطه با والدین، نقش مهمی در پیش بینی مستقیم شادکامی دارد.

به همین نحو تحقیقی روی دانش آموزان ابتدایی نشان می‌دهند رشد اجتماعی، عزت نفس بالا، اعتماد بین فردی و روش‌های حل مساله عقاید کنترل شخصی و روابط اجتماعی درست، با شادکامی و به طبع آن رضایت از زندگی در آینده همراه است (ایفچر، 2011).

پژوهش‌های مارتین و مکویی (1983) نشان داده است که پذیرش کودک از جانب والدین و پاسخگو بودن آنها، پیش بینی کننده رشد اجتماعی، شادکامی و عزت نفس کودک در آینده است و فقدان پاسخگویی والدین در برابر کودک نتایج منفی در رشد آینده او داشته و منجر به کناره‌گیری اجتماعی، پرخاشگری و کمبود توجه در خودماندگی و عزت نفس پایین در کودک می‌گردد. (بیکرمنز، 1997).

نکته قابل توجه در این است که بسیاری از تحقیقات انجام شده در این حوزه بر روی دانشجویان و دانش آموزان مقطع متوسطه انجام شده است و کمتر بر روی آموزان مقطع ابتدایی متمرکز شده‌اند از این رو تحقیقات انجام شده در این حوزه دارای این محدودیت می‌باشند و پژوهش حاضر در صدد است که در این زمینه به کاوش بپردازد. از این رو سوال تحقیق حاضر این است که آیا بین شادکامی و عزت نفس با رشد اجتماعی در دانش آموزان ابتدایی رابطه معناداری وجود دارد؟

1 -Diner

2 -Lucas

3 -Donnellan, M.B

4 -Myers

5 -Eudemonia

6 -Turnham & Cheng

روش:

جامعه، روش نمونه‌گیری و حجم نمونه این تحقیق از نوع تحقیقات توصیفی است که با روش همبستگی انجام می‌گیرد. این پژوهش از لحاظ هدف در زمره پژوهش‌های بنیادی قرار می‌گیرد. در این پژوهش جامعه مورد مطالعه عبارت است از کلیه دانش آموزان ابتدایی مدارس دولتی شهر مشهد در سال تحصیلی 92-93 که تعداد آن‌ها بر اساس گزارش تهیه شده از کارشناسی آموزش 12364 نفر می‌باشند. نمونه مورد نظر با استفاده از روش نمونه‌گیری طبقه‌ای چند مرحله‌ای بدست آمد، به این صورت که ابتدا از بین مناطق هفت گانه اداره آموزش و پرورش شهر مشهد سه منطقه (1، 3 و 5) به صورت تصادفی انتخاب شدند. در مرحله بعد از هر منطقه 4 مدرسه (2 مدرسه پسرانه و 2 مدرسه دخترانه) انتخاب و در مرحله بعد از هر مدرسه چهار کلاس (پایه اول، دوم، سوم و ششم) انتخاب شدند سپس با حضور در کلاس‌های انتخاب شده پرسشنامه در اختیار دانش آموزان کلاس‌های انتخاب شده قرار گرفت. بعد از حذف پرسشنامه‌های ناقص 400 پرسشنامه وارد تحلیل شدند. حجم نمونه بر اساس فرمول جدول کرجی و مورگان¹ (1970) به دست آمده است.

ابزارهای تحقیق

پرسشنامه عزت نفس کوپر اسمیت: این مقیاس که توسط کوپراسمیت (1967) تهیه و تدوین گردید و مشتمل بر 58 سوال است 8 ماده از این مقیاس دروغ ستج می‌باشند و 50 ماده دیگر آن به 4 خرده مقیاس عزت نفس کلی، عزت نفس اجتماعی (همسالان)، عزت نفس خانوادگی (والدین) و عزت نفس تحصیلی (آموزشگاه) تعلق دارند. که هر کدام از سوالات دارای 2 گزینه است. ابراهیمی (1370) نیز پایایی نتایج این پرسشنامه را در میان دانش‌آموزان و دانشجویان ایرانی بررسی کرده که ضریب پایایی آن در نمونه‌های دانش آموزی 80٪ و در نمونه‌های دانشجویی 85٪ گزارش شده است. همچنین ضریب آلفای کرونباخ این آزمون 74٪ است که مناسب می‌باشد.

پرسشنامه شادکامی آکسفورد (OHI) در سال 1990 با معکوس کردن مواد مقیاس افسردگی بک توسط آرگایل ولو ساخته شده است این مقیاس 29 ماده دارد که بر اساس طیف چهار درجه‌ای

از 1 تا 4 نمره گذاری می‌شود. بنابراین حداقل نمره هر آزمودنی 29 و حداکثر آن 116 است. بنابراین، هر چه نمره آزمودنی بالاتر باشد، نشانگر شادکامی بالاتر وی خواهد بود و برعکس. نتایج پژوهش‌های علی‌پور و آگاه هریس (1386)؛ عابدی، میر شاه جعفری و لیاقتدار (1385) و هم چنین علی‌پور و نور بالا (1387) نیز حاکی از اعتبار و روایی قابل قبول برای آزمون شادکامی آکسفورد در جامعه ایرانی است.

پرسشنامه مهارت‌های اجتماعی: توسط ایندربیتزن و فوستر (1992) به منظور سنجش رشد اجتماعی و مهارت‌های اجتماعی ساخته شده است. این پرسشنامه حاوی 39 عبارت شش گزینه‌ای است که آزمودنی پاسخ خود را در مورد هر عبارت در دامنه‌ای از گزینه‌های اصلاً صدق نمی‌کند تا همیشه صدق می‌کند ابراز می‌نماید. نسخه اصلی این سیاهه دارای 40 عبارت است که یک عبارت به دلیل عدم انطباق با فرهنگ ایران حذف شده است (عبارت شماره 22). امینی (1378) پایایی این پرسشنامه را در شهر تهران برای دانش آموزان دختر پایه دوم راهنمایی، برای گزاره‌های مثبت 0/71 و برای گزاره‌های منفی 0/68 گزارش کرده است.

پایایی این پرسشنامه در تحقیق حاضر با استفاده از روش آلفای کرانباخ 0/87 محاسبه شده است.

یافته‌ها:

شاخص‌های توصیفی متغیرهای اصلی در جدول 1 ارائه شده است.

جدول 1- شاخص‌های توصیفی عقاید مذهبی و دینداری

شاخص	عزت نفس	شادکامی	رشد اجتماعی
تعداد	400	400	400
حداقل نمره	۶	۳۶	۱۰
بالاترین نمره	۴۷	۱۱۳	۱۸۷
میانگین	33/89	۸۹/۲۳	۱۲۱/۳
انحراف استاندارد	4/32	8/33	11/18

جدول 1- شاخص‌های توصیفی کمترین و بیشترین نمره کسب شده توسط نمونه تحقیق، میانگین، انحراف استاندارد و واریانس، عقاید مذهبی و دینداری را نشان می‌دهد. این اطلاعات نشان

می‌دهد. براساس یافته‌های جدول میانگین نمره نمونه‌های تحقیق در متغیرها از نقطه برش ذکر شده

شاخص‌ها	نمره میانگین	شادکامی	عزت نفس
تعداد	400	400	400
Z کالموگروف اسمیرنوف	1/18	1/21 1	0/67
سطح معناداری	0/17	1/22 0	0/49

پرسشنامه بالاتر است. به این معنی که شرکت کنندگان در این تحقیق از لحاظ رشد عقاید مذهبی و دینداری در وضعیت نرمالی به سر می‌برند.

جدول 2- نتایج آزمون کالموگروف- اسمیرنوف جهت بررسی فرض نرمال بودن توزیع متغیرها

نتایج درج شده در جدول 2 نشان می‌دهد، توزیع متغیرهای عزت نفس با مقدار ($z = 1/18$) و سطح معنی داری ($P = 0/17$) و شادکامی با مقدار ($z = 1/21$) و سطح معنی داری ($P = 0/22$) و رشد اجتماعی با مقدار ($z = 0/67$) و سطح معنی داری ($P = 0/49$) در جامعه نرمال است. بنابر این پیش فرض استفاده از آزمون‌های آمار پارامتریک برقرار است. علاوه بر نرمال بودن توزیع داده‌ها مفروضه دیگر تحلیل رگرسیون عبارتند از آزمون دوربین / واتسن برای بررسی استقلال خطاها است. نتایج این آزمون نشان داد که دامنه نمرات شرکت کنندگان بین $1/13$ تا $1/45$ بود که نشان دهنده استقلال خطاهاست. مفروضه بعدی آزمون هم‌خطی متغیرهاست که با دو شاخص ضریب‌تحميل (تولرنس) و عامل تورم واریانس سنجیده می‌شود. دامنه این دو شاخص در پژوهش

حاضر بین 0/18 تا 0/38 بود. این یافته، نشان دهنده همخطی متغیرهای تحقیق می‌باشد. از این رو هر سه مفروضه استفاده از تحلیل رگرسیون در این تحقیق برقرار بود.

جدول (3) نتایج تحلیل رگرسیون گام به گام رشد اجتماعی از طریق شادکامی و عزت نفس

متغیر وابسته : رشد اجتماعی									
مدل	منابع تغییر	SS	dF	MS	F	Sig	r	r^2	R s Adj
1	رگرسیون	6062/29	1	6062/29	50/93	0/001	0/36	0/13	0/12
	باقیمانده	43324/96	398	119/02					
2	رگرسیون	8431/59	2	4215/79	37/36	0/001	0/42	0/18	0/17
	باقیمانده	40955/66	397	112/8					
3	رگرسیون	10675/66	3	3558/88	33/12	0/001	0/49	0/23	0/22
	باقیمانده	38711/59	396	106/93					
4	رگرسیون	11355/23	4	2838/80	26/94	0/001	0/50	0/24	0/23
	باقیمانده	38032/09	395	105/35					
5	رگرسیون	10355/23	5	2738/80	27/13	0/001	0/51	0/25	0/24
	باقیمانده	48032/09	394	104/35					

متغیرهای پیش بینی کننده : عزت نفس اجتماعی، عزت نفس، شادکامی، عزت نفس کلی و عزت نفس خانوادگی.

مدل 1 مشخص می کند که 13 درصد از واریانس مشاهده شده در رشد اجتماعی از طریق عزت نفس اجتماعی توجیه می شود ($R \text{ Square} = 0/13$). اضافه شدن مدل 2 (عزت نفس)، مدل 3 (شادکامی)، مدل 4 (عزت نفس کلی) و مدل 5 (عزت نفس خانوادگی) به ترتیب باعث افزوده شدن 5، 6، 1، 1 و 1 درصد به واریانس قبلی می شود. بدین ترتیب پنج مدل روی هم 25 درصد از واریانس رشد اجتماعی را تبیین می کنند ($R \text{ Squar} = 0/25$). با توجه به مقدار F و سطح معنی داری (P) که کوچکتر از 0/01 است فرضیه صفر رد شده و با اطمینان 99٪ نتیجه می گیریم بین متغیر رشد اجتماعی، شادکامی و عزت نفس رابطه معنادار وجود دارد.

جدول (4): ضرایب رگرسیون متغیرهای پیش بینی کننده در تحلیل رگرسیون رشد اجتماعی

مدل	B	SE	Beta	t	P
1	/03 112	3/90		20/31	0/001
2	0/44	0/21	0/28	5/51	0/001
3	0/37	0/05	0/66	6/10	0/001
4	0/13	0/02	0/61	5/12	0/001
5	0/20	0/01	0/17	2/11	0/002
6	0/17	0/05	0/26	5/23	0/001

متغیر وابسته: رشد اجتماعی

متغیرهای پیش بینی کننده: عزت نفس اجتماعی، عزت نفس، شادکامی و عزت نفس کلی و عزت نفس خانوادگی

در جدول (4) مقدار B، بتا، t و سطح معنی داری ارائه شده است. وزن‌های بتا در ستون ضرایب بتای استاندارد شده برای ارزیابی سهم هر یک از متغیرها در معادله رگرسیون بکار می‌رود. این ضرایب به ما می‌گوید که با تغییر یک واحد در متغیر مستقل چند واحد تغییر در متغیر وابسته رخ می‌دهد. بر این اساس اگر عزت نفس اجتماعی به اندازه یک واحد افزایش یابد، این تغییر به اندازه 0/28 نمرات رشد اجتماعی را افزایش می‌دهد. به علاوه افزایش یک واحد در عزت نفس، شادکامی و عزت نفس کلی و عزت نفس خانوادگی به ترتیب به اندازه 0/66 و 0/61 و 0/17 نمرات رشد اجتماعی را افزایش می‌دهد.

آماره t و سطح معنی داری آن (P) که برای عزت نفس اجتماعی، عزت نفس، شادکامی و عزت نفس کلی و عزت نفس خانوادگی کوچکتر از 0/05 است. این فرضیه که همبستگی بین عزت نفس اجتماعی، عزت نفس، شادکامی و عزت نفس کلی و عزت نفس خانوادگی برابر با صفر است را رد می‌کند و نتیجه گیری می‌شود که بین این چهار متغیر و متغیر رشد اجتماعی رابطه همبستگی معنادار وجود دارد.

جدول (7) ضریب همبستگی پیرسون برای تعیین رابطه شادکامی با رشد اجتماعی در دانش آموزان ابتدایی

متغیرها	شادکامی	رشد اجتماعی
---------	---------	-------------

	1	شادکامی
1	**0/48	رشد اجتماعی

** در سطح آلفای 0/01 معنی دار است.

آن گونه که جدول 7 نشان می‌دهد بین شادکامی با رشد اجتماعی دانش آموزان ابتدایی رابطه معنادار وجود دارد. (0/48). این رابطه مثبت و در سطح آلفای 0/01 معنی دار است. از این رو بین شادکامی با رشد اجتماعی در دانش آموزان ابتدایی رابطه معنادار وجود دارد.

جدول (8) ضریب همبستگی پیرسون برای تعیین رابطه عزت نفس با رشد اجتماعی در دانش آموزان ابتدایی

متغیرها	1	2	3	4	5	6
1. عزت نفس	۱					
2. رشد اجتماعی	**0/48	۱				
3. عزت نفس کلی	**0/67	*0/42	۱			
4. عزت نفس	**0/65	**0/63	**0/68	۱		
5. عزت نفس	**0/49	**0/55	**0/51	*0/42	1	
6. عزت نفس	**0/57	*0/26	**0/38	**0/63	*0/66	۱

** در سطح آلفای 0/01 معنی دار است.

* در سطح آلفای 0/05 معنی دار است.

آن گونه که جدول 4-8 نشان می‌دهد بین عزت نفس با رشد اجتماعی و خرده مولفه‌های عزت نفس دانش آموزان ابتدایی رابطه معنادار وجود دارد. بالاترین همبستگی بین خرده متغیرهای عزت نفس اجتماعی با رشد اجتماعی (0/68) و کمترین همبستگی بین عزت نفس تحصیلی با رشد اجتماعی (0/26) است. همچنین همبستگی بین عزت نفس با رشد اجتماعی در دانش آموزان ابتدایی (0/48) است از این رو فرضیه سوم مورد تایید قرار می‌گیرد. به این معنی که بین عزت نفس با رشد اجتماعی در دانش آموزان ابتدایی رابطه معنادار وجود دارد.

جهت پیش بینی رشد اجتماعی از طریق شادکامی و عزت نفس و مؤلفه‌های آن (کلی، اجتماعی، خانوادگی و تحصیلی) از تحلیل رگرسیون با روش گام به گام برای ورود متغیرهای پیش بینی در مدل رگرسیون استفاده شد. نتایج نشان داد که عزت نفس به تنهایی بیش از 13 درصد از واریانس رشد اجتماعی را تبیین می‌کند و همراه با شادکامی 0/25 از واریانس رشد اجتماعی را در دانش آموزان ابتدایی تبیین می‌کنند. از سوی دیگر نتایج نشان داد که همبستگی بین عزت نفس و شادکامی با رشد اجتماعی مثبت است یعنی با افزایش نمره عزت نفس و شادکامی، رشد اجتماعی نیز افزایش می‌یابد. نتیجه بدست آمده همسو با پژوهش (رحمتی و همکاران¹، 2010؛ هارجی، ساندرز و دیکسون²، 2008 و والدینگر و همکاران (2004) می‌باشد، نتایج این پژوهش همسو با پژوهش حاضر نشان داد که رشد اجتماعی از طریق عزت نفس و شادکامی در دانش آموزان ابتدایی قابل پیش بینی است.

نتایج این تحقیق همسو با یافته‌های (شیمیزو و همکاران³، 2004؛ ابوترابی کاشانی و بیات⁴، 2010) نشان داد که از دلایلی که موجب می‌شود رشد اجتماعی از طریق عزت نفس قابل پیش بینی باشد این است که بسیاری از نوجوانان و کودکان به دلیل نداشتن جرأت ابراز وجود و اعتماد به نفس پایین اغلب دچار درماندگی آموخته شده، گوشه گیری، انزوا، افسردگی و ... می‌شوند. شکست‌های پی در پی این باور را در آنها به وجود می‌آورد که هیچگاه انسان موفقی نخواهند شد، لذا از تلاش خود کم می‌کنند، به توانمندی‌های خود به دیده شک و تردید نگاه می‌کنند و در عمل دست به تجربه‌های جدید نمی‌زنند. با مواجه شدن این نوجوانان با تجارب تلخ و ناموفق حالت کم جرأتی در آنها استمرار می‌یابد و به مرور کم جرأتی آنها افزایش می‌یابد. آنها در ایجاد ارتباط درست و منطقی با اطرافیان دچار مشکل می‌شوند و به تدریج به دوری جستن از اجتماع و گوشه گیری پناه می‌برند.

نتایج مربوط به این فرضیه با نتایج حاصل از پژوهش کلونینگر و زوهر (2011)، بایرامی و همکاران (2011)، امیری و همکاران (2011)، کرمانی مامازندی و دانش (1390) و کردنژاد (1389) همسو می‌باشد. در تبیین این یافته اینگونه می‌توان ادعان کرد که به عقیده کوباسا (1993) افرادی که دارای عزت نفس بالا هستند و به شادکامی رسیده‌اند به سطحی از مهارت در

1 Rahmati, B., Adibrad, N., Tahmasian, K., & Saleh sedghpour, B

2 Hargie, Sunders & Dickson

3 Shimizu, Kubota, Mishima & Naagaya

4 Abootorabi Kashnsni & Bayat

روابط اجتماعی دست یافته باشید که می‌توانند با مردم به راحتی زندگی کنید و سازگاری داشته باشید و مسئولیت‌های مربوط به نقش اجتماعی خود را بپذیرید. زیرا نوجوانان بدون رشد اجتماعی و مهارت‌های لازم قادر نیستند در تعامل با سایرین وظایف خود را انجام دهند، همچنین نقص مهارت‌های اجتماعی عامل تعیین‌کننده‌ای در افزایش مسائل روحی و ذهنی افراد است.

یکی دیگر از دلایل رابطه مهارت‌های اجتماعی با شادکامی و عزت نفس از دیدگاه (ایفچر و زرگه‌امی، 2010) بر خورداری افراد شادکام و دارای عزت نفس از مهارت‌های اجتماعی آغازین مانند شامل گوش کردن، شروع گفت و شنود، سوال کردن، تشکر کردن، خود را معرفی کردن، دیگران را معرفی کردن و احترام گذاشتن به دیگران و همچنین برخورداری از مهارت‌های اجتماعی پیشرفته مانند تقاضای همکاری کردن، به گروه پیوستن، ارائه دستورالعمل، معذرت‌خواستن و دیگران را متقاعد کردن.

بویدسوان و هرBST¹ (2012) همسو با یافته‌های فوق مهارت‌های اجتماعی مختلفی را در افزایش شادکامی و عزت نفس دخیل می‌دانند که شامل مهارت‌های مربوط به احساس مانند آگاهی فرد از احساس خود و در میان گذاشتن آن با دیگران، درک احساس دیگران، تحمل خشم دیگران و تشویق خود. مهارت‌های جایگزین برای پرخاشگری: شامل اجازه گرفتن، شریک شدن، کمک به دیگران، مذاکره کردن، خویش‌اندازی، پافشاری بر حقوق خود، واکنش در برابر آزار، پرهیز از آزار رساندن به دیگران و دوری جستن از نزاع و مهارت‌های مربوط به مواجهه با فشار: شامل ابراز شکایت، تحمل بی توجهی دیگران، حمایت کردن از دوستان، واکنش در برابر شکست و تحمل فشار گروه و مهارت‌های برنامه ریزی شامل تصمیم‌گیری برای انجام کار، پیدا کردن عامل ایجاد مشکل، هدف داشتن، اولویت بندی کردن مشکلات و تمرکز داشتن در کار

1 Boyd-Swan, C. & Herbst, C.M.

کتابنامه:

- آرگایل، مایکل. (1382). روان‌شناسی شادی. (گوهری انارکی، مسعود؛ نشاط دوست، حمیدطاهر؛ پالانگ، حسن؛ بهرامی، فاطمه). اصفهان: جهاد دانشگاهی واحد اصفهان. (2001)
- آقا محمدیان، حمیدرضا؛ حسینی، مهران. (1384). روان‌شناسی بلوغ و نوجوانی. مشهد: انتشارات دانشگاه فردوسی
- به پژوه، احمد؛ غباری، باقر؛ حجازی، الهه؛ حسین‌خانزاده، عباسعلی. (1384). مقایسه مهارت‌های اجتماعی دانش‌آموزان کم‌شنا در مدارس تلفیقی و استثنایی. مجله روانشناسی و علوم تربیتی. سال سی و پنج ام، شماره 2، صص 63-83.
- بایزی، مریم؛ شهرآرای، مهرناز؛ فرزاد، الله‌ولی؛ صفایی، پریش. (1386). بررسی اثربخشی آموزش ابراز وجود بر شادکامی و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دختر پایه دوم رشته علوم تجربی دبیرستان‌های تهران. مطالعات روان‌شناختی دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه الزهراء. شماره 4، صص 26-27
- پوراحمدی، الناز؛ جلالی، محسن؛ باباپور خیرالدین، جلیل؛ پاکدامن، شهلا. (1388). تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر بهبود مهارت‌های اجتماعی و مشکلات رفتاری دانش‌آموزان پسر مبتلا به اختلال رفتار مقابله‌ای و بی‌اعتنایی. مجله دست‌آوردهای روان‌شناختی. دوره چهارم، شماره 1، بهار و تابستان 1388، صص 67-86.
- حقیقی، جمال و همکاران. (۱۳۸۵). رابطه‌ی الگوی پنج‌عاملی شخصیت با احساس شادکامی در دانشجویان دوره‌ی کارشناسی دانشگاه شهید چمران، مجله‌ی علوم تربیتی و روان‌شناسی، دوره‌ی سوم، سال سیزدهم، صص 189-208
- خرمی، آسیه. (1390). اثر بخشی آموزش ابراز وجود بر مهارت‌های اجتماعی و شادکامی در مقطع متوسطه دختران شهر ستان فیروزه. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه آزاد واحد قوچان
- خویی نژاد، غلامرضا و همکاران. (1386). رابطه سبک‌های فرزند پروری ادراک شده با احساس تنهایی نوجوانان دختر. نشریه دانش و پژوهش در روان‌شناسی. دانشگاه آزاد واحد خوراسگان (اصفهان)، شماره 34، صص 75-92

دادستان، پریخ.(1378). روانشناسی مرضی تحولی از کودکی تا بزرگسالی. تهران: سازمان مطالعه و

تدوین کتب علوم انسانی دانشگاه‌ها (سمت)

رحیمی، جعفر؛ حقیقی، جمال؛ مهرابی زاده هنرمند، مهناز؛ بشلیده، کیومرث. (1385). بررسی تاثیر آموزش جرأت و رزوی بر مهارت‌های اجتماعی، اضطراب اجتماعی و ابراز وجود در دانش آموزانپسر سال اول مقطع متوسطه. مجله علوم تربیتی و روانشناسی. دوره سوم، شماره 1، پاییز 1385، صص 111-124.

رحیمیان بوگر، اسحق؛ شاره، حسین؛ حبیبی عسگرآباد، مجتبی؛ بشارت، محمدعلی. (1386). بررسی تاثیر شیوه‌های جرأت و رزوی بر سازگاری اجتماعی. فصلنامه نوآوری‌های آموزشی، سال ششم، شماره 23، زمستان 1386، صص 29-54.

رهنما، اکبر؛ علیین، حمید. (1384). مقایسه رشد اجتماعی دانش آموزان شاهد و غیر شاهد شهر تهران. دوماهنامه دانشور رفتار. سال دوازدهم، شماره 15، زمستان 1384، صص 33-44.

زرین قلم، مریم. (1391). اثر بخشی آموزش شادکامی به شیوه فوردایس بردلزدگی زناشویی زنان متاهل شهر ستان کاشمر. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه آزاد واحد قوچان

سیفی گندمانی، محمد یاسین؛ و همکاران. (1388). سنخ شناسی فرزندپروری خانواده (ترکیب سبک فرزندپروری پدر و مادر) و تأثیر آن بر اضطراب و افسردگی نوجوانان پسر : رویکردی نو به فرزندپروری، مجله‌ی علمی پژوهشی اصول بهداشت روانی، شماره 3، صفحه 181-194

صاحب الزمانی، محمد؛ نوروزی نیا، روح انگیز؛ رشیدی، علی. (1389). بررسی تاثیر آموزش ابراز وجود بر عزت نفس و قاطعیت دلنش آموزان دختر مقطع متوسطه. مجله پزشکی دانشگاه علوم پزشکی ارومیه. دوره 21، شماره اول، صص 53-58.

عابدی، حمیدرضا؛ و همکاران. (۱۳۸۵). هنجاریابی پرسشنامه‌ی شادکامی آکسفورد در دانشجویان دانشگاه‌های اصفهان، فصلنامه‌ی اندیشه و رفتار، سال دوازدهم، صص 95-100

علی پور، احمد؛ نوربالا، احمدعلی. (۱۳۷۸). بررسی مقدماتی و پایایی و روایی پرسشنامه‌ی شادکامی آکسفورد در دانشگا ههای تهران، فصلنامه‌ی اندیشه و رفتار، سال پنجم، شماره‌ی ۱ و ۲، صص 55-64

- غفاریان زاده، سادات. (1382). تاثیر مشاوره گروهی جرأت ورزی بر پیشرفت تحصیلی و مهارت‌های اجتماعی دختران دانش آموز مقاطع راهنمایی و متوسطه منطقه 14 تهران. فصلنامه پیام مشاور. سال پنجم، شماره 9 و 8، بهار 1382، صص 142-124.
- فاضلی، میترا. (1390). اثر بخشی آموزش مهارت‌های زندگی (خود آگاهی و مدیریت هیجان‌ها) در افزایش شادکامی زنان خانه دار شهر تهران. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه آزاد واحد قوچان کریمی، مرید؛ کیخاونی، ستار؛ محمدی، محمد باقر. (1389). تاثیر آموزش مهارت‌های اجتماعی بر اختلالات رفتاری کودکان دبستانی. مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی ایلام. دوره هجدهم، شماره سوم، پاییز 1389، صص 68-61.
- کیمیایی، منا. (1390). بررسی اثر بخشی آموزش مؤلفه‌های هوش هیجانی بر شادکامی دانش آموزان دختر افسرده مقطع متوسطه شهر نیشابور. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه آزاد واحد قوچان
- گنجی، حمزه. (1373). روانشناسی عمومی. تهران: انتشارات چاپ و نشر ایران
- متسون، جانی؛ اولندیک، توماس. (1384). بهبود بخشی مهارت‌های اجتماعی کودکان، ارزیابی و آموزش. (به پژوه، احمد). تهران: انتشارات اطلاعات (1988).
- مکتب دار، نگین. (1390). " رابطه سبک فرزند پروری والدین با ابعاد عزت نفس در دانش آموزان دبیرستان " پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد واحد قوچان
- مهرابی زاده هنرمند، مهناز؛ تقوی، سیده فرخنده؛ عطاری، یوسف علی. (1388). تاثیر آموزش جرأت ورزی بر مهارت‌های اجتماعی، اضطراب اجتماعی و عملکرد تحصیلی دانش آموزان دختر. مجله علوم رفتاری. دوره 3، شماره 1، بهار 1388، صص 64-59.
- نظری، رقیه. (1391). بررسی رابطه حافظه کاری با اضطراب و عزت نفس در معلمان دانش آموزان استثنایی استان خراسان شمالی. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه آزاد واحد قوچان

References

- Abotorabi Kashani, P., & Bayat, M. (2010). The Effect of Social Skills Training (Assertiveness) in Assertiveness and Self- Esteem Increase of 9 to 11 Year-old Female Students in Tehran Iran. World Applied Sciences Journal, 9, 12- 31.

- Arrindell, W.A., Sanderman, R., Hageman, W.J., Pickersgill, M.J., Kwee, M.G., Van der Molen, H.T., & Lingsma, M.M. (1990). Correlates of assertiveness in normal and clinical samples: A multidimensional approach. *Behavior Research and Therapy*, vol. 12, No. 4, 153-282.
- Buhrmester, M. D., Blanton, H., & Swann, W. B. (2011). Implicit self-esteem: Nature, measurement, and a new way forward. *Journal of Personality and Social Psychology*, vol. 10, No. 3, 13-28
- Crozier, W.R. (2009). Shyness and self-esteem. *British journal of Social Psychology*, vol. 20, 220-222.
- Hills, P & Argyle, M. (2002). The Oxford Happiness Questionnaire: a compact scale for the measurement of psychological well-being. *Personality and Individual* .vol. 11, 33-48
- Jones, M.I., & Lavallee, D. (2009). Exploring the social skills needs of British adolescent athletes. *Psychology of sport and Exercise*,10, 159-167.
- Kim, Y.-K., Hur, J.-W., Kim, K.-H., Oh, K.-S., & Shin, Y.-C. (2008). Prediction of self-esteem by social skills, obstetric and psychological factors: *Annual Review of Clinical Psychology* vol.7, 269–295.
- Kipper, D.A. (1992). The effects of two kinds of role playing on self-evaluating of improved assertiveness. *Journal of Psychology*, vol. 48, No. 2, 246-250.
- Koparan, S., Ozturk, F., Ozkilib, R., & Senisik, Y. (2009). Investigation of social self-efficacy expectations and assertiveness in multi-program high school students. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, vol. 1, 623-629.
- Kuster, F., Orth, U., & Meier, L. L. (2012). Rumination mediates the prospective effect of low self-esteem on depression: A five-wave longitudinal study. *Personality and Social Psychology Bulletin*, vol. 38, 747–759
- Ladd, G.W., & Troop, G. (2005). The role of chonec peer difficulties in the development of children’s psychological adjustment problems. *Child Development*, vol. 74, 1344-1376.
- Lochman, J.E., & Wayland, K.K. (2012). Self-esteem, social skill, and race as predictors of negative adolescent outcomes. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, vol 91, 1026-1035.
- Martinez,I.,&Garcia,J.F.(2007).Impact Prenting styles on adolescents self – steem and Internalization of values in spain.the spain.The Spain journal of Psychology, vol.10,338-348
- Meier, L. L., Orth, U., Denissen, J. J. A., & Ku’hnel, A. (2011). Age differences in instability, contingency, and level of self-esteem across the life span. *Journal of Research in Personality*, vol, 45, 604–612.
- olghan-Abadi, M; Kimiaee,A;Amir,F(2011).The relationship between parents’child rearing style and their children’quality of life and mental health.*Journal of psychology*, vol, 3,230-234.

- Orth, U., Robins, R. W., & Widaman, K. F. (2012). Life-span development of self-esteem and its effects on important life outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 102, 1271–1288. Doi:10.1037/a0025558
- Rahmati, B., Adibrad, N., Tahmasian, K., & Saleh sedghpour, B. (2010). The Effectiveness of life skill training on Social adjustment in children. *Procardia Social and Behavioral Sciences*, vol ,5, 870-874.
- Roosenberg, F.K., & Hapco, A. (1997). The teacher's role in the application of self sesteem program for student in Venezuela and primary school. *School Psychology International*, 11, 143-146.
- Shimizu, T., Kubota, S., Mishima, N., & Naagaya, S. (2004). Relationship between self-esteem and assertiveness training among Japanese hospital nurses. *Journal of Occupational Health*, vol. 46, 296-298.
- Shimizu, T., Kubota, S., Mishima, N., & Naagaya, S. (2004). Relationship between self-esteem and assertiveness training among Japanese hospital nurses. *Journal of Occupational Health*, vol ,46, 296-298.
- Stewart, T.C., West, R.L., & Coplan, R. (2007). Multi-agent models of social dynamics in children. *Cognitive Systems Research*, vol. 8, No. 1, 11-14.
- Tafarodi, R. and Swann W. (2001), “Two-Dimensional Self-Esteem: Theory and Measurement”, *Personality and individual Differences*, vol ,31, 653-673.
- Thompson, K., Bundy, K., & Wolfe, W. (2011). Social skills training for young adolescents: cognitive and performance components. *Western Oregon state coll*, vol. 37, 505

