



«نشریه علمی-پژوهشی آموزش و ارزشیابی»

سال یازدهم - شماره ۴۳ - پاییز ۱۳۹۷

ص. ۹۱-۶۹

بررسی اثربخشی برنامه مداخله‌ای مبتنی بر موفقیت بر ارتقای شایستگی اجتماعی و پیشرفت تحصیلی در نوجوانان دختر شهرستان مشهد^۱

فرزانه امانی^{*۲}

مرتضی منادی^۳

مهناز اخوان تفتی^۴

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۶/۰۸/۰۸

تاریخ پذیرش نهایی مقاله: ۱۳۹۷/۰۲/۰۸

چکیده

پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی برنامه مبتنی بر موفقیت بر بهبود شایستگی اجتماعی و پیشرفت تحصیلی نوجوانان دختر انجام شد. در این برنامه از دو بسته‌ی آموزشی، «ارتقای راهبردهای موفقیت» و همچنین بسته‌ی «توانمندسازی والدین» استفاده شد. جهت طراحی و تدوین این بسته‌ها از برنامه‌های یادگیری اجتماعی-هیجانی بهره گرفته شد. روش پژوهش نیمه آزمایشی است که در آن از پرسشنامه شایستگی اجتماعی و همچنین میانگین نمرات ماهانه در دروس، قبل و بعد از مداخله استفاده شد. جامعه آماری پژوهش دانش‌آموزان دختر پایه دهم شهرستان مشهد بود که با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای ۴۵ نفر جهت شرکت در پژوهش انتخاب شدند. نتایج حاصل از تجزیه و تحلیل کوواریانس چند متغیره نشان داد که تفاوت معناداری بین گروه‌ها در افزایش شایستگی اجتماعی ($P < 0/05$) و پیشرفت تحصیلی ($P < 0/05$) وجود دارد. همچنین گروهی که علاوه بر دانش‌آموزان به والدین آنها نیز بسته‌ی «توانمندسازی والدین» آموزش داده شده بود از پیشرفت تحصیلی و شایستگی اجتماعی بالاتری در مقایسه با گروه کنترل برخوردار بودند.

واژگان کلیدی: بسته آموزشی، ارتقای راهبردهای موفقیت، بسته آموزشی، توانمندسازی والدین، موفقیت، شایستگی اجتماعی، پیشرفت تحصیلی

۱ این مقاله برگرفته از رساله دکتری روان‌شناسی تربیتی، دانشگاه الزهرا می باشد.

۲ دانشجوی دکتری روان‌شناسی تربیتی، دانشگاه الزهرا، تهران، ایران

* نویسنده مسئول amani@alzahra.ac.ir

۳ دانشیار گروه روان‌شناسی تربیتی، دانشگاه الزهرا، تهران، ایران

۴ دانشیار گروه روان‌شناسی تربیتی، دانشگاه الزهرا، تهران، ایران

Effectiveness of Program Based on Successfulness on Social Competence and Academic Achievement of Adolescent Girls in City of Mashhad

Farzane Amani
Morteza Monadi
Mahnaz Akhavan Tafti

Data of receipt: 2017.10.30
Data of acceptance: 2018.04.28

Abstract

This study was aimed to determine the effectiveness of program based on successfulness on academic achievement and social competence of adolescent girls in city of Mashhad. The interventional program was including two package: "Promoting of successful strategies" and "Strengthening parents program". The research method was quasi-experimental with a pre-test and post-test design with two experimental groups and one control group. The statistical population of the research included all of girl high school students in grade 10 of Mashhad in school year 2017-18. From among them 45 students randomly were selected by multi stage cluster random sampling method and randomly assigned in two experimental and one control groups. All participants answered the flener social competence questionnaire in pre and post test and also academic achievement was measured using students grade average in before and after intervention. Finally, the data were analysed using multivariate analysis of covariance. The results from this study demonstrated that the training of program could be effective in improving academic achievement and social competence of the students.

Keywords: the package of "Promoting of successful strategies", package of "Strengthening parents program", successfulness, social competence, academic achievement

مقدمه

پژوهشگران و کارشناسان حوزه تعلیم و تربیت همگی بر این نکته اتفاق نظر دارند که می‌توان به نوجوانان مهارت‌های ویژه‌ای آموزش داد که به سلامت و همچنین موفقیت آنها کمک کند (دورلاک، ویسبرگ، دایمنیکی، تیلور، اشلینگر^۱، ۲۰۱۱، گرینبرگ، ویسبرگ، ابرین، زینس، فریدریک، رسنیک و الیاس^۲، ۲۰۰۳، زینس، ویسبرگ، ونگ و والبرگ^۳، ۲۰۰۴). نوجوانی پایان کودکی و آغاز بزرگسالی است (استینبرگ و لرنر^۴، ۲۰۰۴) و در برگیرنده آن مرحله رشدی اریکسون است که دوره هویت‌یابی در برابر آشفتگی نقش نام دارد (اریکسون^۵، ۲۰۰۵). این مرحله می‌تواند دوره بسیار آسیب‌پذیری در رشد باشد. والدین می‌توانند نقش مهمی را در شکل‌گیری هویت در این دوره ایفا نمایند؛ زیرا هر چه نوجوان از محیط حمایت‌گری برخوردار باشند، بهتر می‌تواند این مرحله را با موفقیت پشت سر گذاشته و به سمت شکل‌گیری هویت پیش رود. بر این اساس مدارس، خانواده‌ها و جوامع به طور فزاینده‌ای بر اهمیت ارتقای شایستگی اجتماعی و پیشرفت تحصیلی به عنوان دو عامل مهم در موفقیت آنها در همه سنین بخصوص دوره نوجوانی تاکید می‌کنند (بریجلند، بروس و هری‌هاران^۶، ۲۰۱۳).

تعاریف زیادی از شایستگی اجتماعی ارائه شده است. شایستگی اجتماعی توانایی هوشمندانه در روابط انسانی است (ترندایک^۷، ۱۹۲۰). شایستگی اجتماعی رسیدن به اهداف اجتماعی در موقعیت‌های اجتماعی خاص با استفاده از قابلیت‌های فردی است که به پیامدهای مثبت می‌انجامد (نقل از رایین و رز-کراسنر^۸، ۱۹۹۲). مطالعات همبستگی و طولی زیادی بین مولفه‌های اجتماعی، هیجانی و عملکرد تحصیلی رابطه نشان می‌دهند. چنانچه دانش‌آموزانی که خودآگاهی و اعتماد به نفس بیشتری دارند، در یادگیری قابلیت بیشتری از خود نشان می‌دهند و به هنگام مواجهه با چالش‌ها سخت‌کوش‌تر هستند و تلاش بیشتری جهت حل این چالش‌ها انجام می‌دهند (لارسون^۹، ۱۹۹۲). همچنین دانش‌آموزان دارای هوش هیجانی و مهارت‌های هیجانی-اجتماعی بالا از مشکلات هیجانی و بیش‌فعالی کمتری برخوردارند و رفتارهای اجتماعی مناسب‌تری از خود نشان می‌دهند (پولو^{۱۰}، ۲۰۱۰). بنابراین سازگاری رفتاری-اجتماعی برای موفقیت در امور تحصیلی به اندازه آمادگی شناختی و تحصیلی اهمیت دارد (نقل از وبستر-استراتون^{۱۱}، ۲۰۰۴). رابطه نزدیک این دو سازه تا آنجاست که برخی پژوهش‌ها شایستگی

-
1. Durlak, Weissberg, Dymnicki, Taylor & Schellinger
 2. Greenberg, Weissberg, O'Brien, Fredericks, Resnik & Elias
 3. Zins, Weissberg, Wang & Walberg
 4. Steinberg & Lerner
 5. Erikson
 6. Bridgeland, Bruce & Hariharan
 7. Thorndike
 8. Rubin & Rose-Krasnor
 9. Larson
 10. Paulou
 11. Webster-Stratton

اجتماعی و عملکرد تحصیلی را از عناصر اساسی در موفقیت فرد می‌دانند (مانند ماسن و کوتس ورت^۱، ۱۹۹۸، وانگ، هارتل و والبرگ^۲، ۱۹۹۴، زینس، بلادورث، وانگ و والبرگ^۳، ۲۰۰۷ و بریگمن^۴، ۲۰۰۷). چندین نظریه مهم در زمینه رشد از جمله فروید، اریکسون و پیازه بر اهمیت گروه‌های اجتماعی و نحوه تعاملات آنها در رشد تاکید نموده‌اند. اولین مطالعه‌ی مربوط به این سازه به سال ۱۹۲۰ برمی‌گردد. به طوری که در اوایل این قرن با پژوهش‌های مرتبط با بررسی گروه‌های همسال افزایش پیدا کرد. در دهه‌های ۱۹۵۰ و ۱۹۶۰ زمانی که پژوهشگران دریافتند که شایستگی اجتماعی با سلامت ذهنی و سازگاری شخص در آینده ارتباط دارد، بررسی این سازه از اهمیت بیشتری برخوردار شد (داج، اش و پارک هرست^۵، ۱۹۸۹). در دهه‌های ۱۹۷۰ و ۱۹۸۰ بعد شناختی از جمله مدل پردازش اطلاعات اجتماعی به این سازه وارد شد. بعدها فلنر و لیس^۶ (۱۹۹۰) شایستگی اجتماعی را دربرگیرنده عواملی چون خودآگاهی، آگاهی اجتماعی، مدیریت خود، مهارت‌های ارتباطی و مسئولیت تصمیم‌گیری دانستند. در دهه‌های بعد با توجه به ارتباط شایستگی اجتماعی با هوش هیجانی (مارکز، مارتین، براکت^۷، ۲۰۰۶) و همچنین عملکرد تحصیلی، یادگیری اجتماعی - هیجانی^۸ (SEL) شکل گرفت.

یادگیری اجتماعی - هیجانی یکی از مهمترین برنامه‌هایی که برای بهبود شایستگی اجتماعی و تحصیلی مورد استفاده قرار می‌گیرد. این نوع یادگیری فرایندی است که از طریق آن افراد یاد می‌گیرند از هیجان‌ات خود آگاهی یابند، آنها را مدیریت نمایند و از دیگران مراقبت نمایند، تصمیمات درست بگیرند، مسوولانه و اخلاقی رفتار کنند، روابط مثبت را گسترش دهند و از رفتارهای منفی اجتناب نمایند. فرض زیربنایی این برنامه آن است که همه افراد به این مهارت‌های زیربنایی نیاز دارند و این مهارت‌ها را می‌توان آموزش داد (CASEL^۹، ۲۰۱۵). مداخله اجتماعی - هیجانی برای افزایش شایستگی اجتماعی - هیجانی از برنامه‌های متعددی استفاده می‌کند. برخی از برنامه‌هایی که با این رویکرد تهیه شده است شامل برنامه ارتقای راهبردهای تفکر جدید، برنامه کلاس پاسخگو، برنامه خواندن، نوشتن، احترام و حل مساله و برنامه مهارت‌های موفقیت دانش‌آموزان است. این برنامه‌ها باعث می‌شوند که دانش‌آموزان رفتار مخرب کمتری را نشان دهند و در بزرگسالی و یا نوجوانی کمتر درگیر سوء مصرف مواد مانند الکل و تنباکو شوند و همچنین از عملکرد تحصیلی و موفقیت بیشتری برخوردار شوند (زینس و همکاران، ۲۰۰۴). بهبود مهارت‌های موفقیت در دانش‌آموزان یکی از مهمترین روش‌های پیشگیری از ایجاد مشکلات رفتاری در آنان است. چندین پژوهش در زمینه مهمترین عوامل تاثیرگذار بر موفقیت دانش‌آموزان انجام

1. Masten & Coatsworth
2. Wang, Haertel & Walberg
3. Zins, Bloodworth, Wang, & Walberg
4. brigman
5. Dodge, Asher & Parkhurst
6. Flener & Lease
7. Marquez, martin & Brackett
8. Social-Emotional Learning
9. Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning

گرفته است. پژوهش‌های ماسن و کوتس ورث (۱۹۹۸)، وانگ و همکاران (۱۹۹۴) و زینس و همکاران (۲۰۰۴) نشان می‌دهند از جمله مهارت‌های اساسی جهت موفقیت شامل مهارت‌های شناختی و فراشناختی مانند تعیین هدف، مهارت‌های حافظه، مهارت‌های اجتماعی مانند مهارت‌های بین‌فردی و مهارت‌های مدیریت خود مانند افزایش توجه، انگیزش، مدیریت اضطراب و در نهایت ایجاد خوش‌بینی است. صالحی نجف‌آبادی (۱۳۹۳) نیز به تدوین مدل مشاوره تحصیلی و بررسی تاثیر آن بر موفقیت تحصیلی دانش‌آموزان پرداخت. وی نیز هوش هیجانی، مهارت‌های تحصیلی و خودپنداره و خودکارآمدی تحصیلی را از عوامل مهم موفقیت تحصیلی بر شمرد. هر زمان که فرصتی برای دانش‌آموزان فراهم شود تا این مهارت‌ها را در محیطی دلگرم‌کننده و امن یاد بگیرند و تمرین نمایند، اعتماد به نفس آنها افزایش و مشکلات رفتاری کاهش می‌یابد. به طوری که کاهش این مشکلات منجر به بهبود رفتارهای فرد و در نتیجه پیشرفت تحصیلی می‌شود (کرامر و کالدرا، کریستنسن و شارزر، ۲۰۱۰، مک کون، گامبینر، روسو و لیتون^۲، ۲۰۱۰). همچنین بیشتر دانش‌آموزانی که عملکرد تحصیلی خوبی ندارند، به خاطر نداشتن مهارت‌های اجتماعی مناسب، مانند رفتار پرخاشگرانه، ناتوانی در یادگیری مشارکتی و رفتار مخرب کلاسی است. آنها نیاز دارند مهارت‌های اساسی مورد نیاز به آنها آموخته شود تا در تحصیل به موفقیت دست یابند (مارتنز و ویت^۳، ۲۰۰۴، لین، پیرسون، گیونر^۴، ۲۰۰۴).

اکنون که بیشتر دانش‌آموزان به علت نداشتن مهارت‌های اجتماعی مناسب دچار مشکلات رفتاری زیادی هستند، تهیه و تدوین برنامه‌ای مبتنی بر یادگیری-اجتماعی که به افزایش موفقیت بیانجامد، از چند بعد بسیار سودمند است. یکی آنکه تا جایی که در پیشینه پژوهش در داخل ایران بررسی شد، برنامه‌ای که جهت آموزش راهبردهای موفقیت در دانش‌آموزان تهیه و تدوین شده باشد، یافت نشد. با اینکه در داخل ایران برنامه‌های مداخله‌ای مختلف برای افزایش عملکرد تحصیلی و افزایش شایستگی اجتماعی به کار برده شده است که از روش‌های مداخله‌ای گوناگون مانند آموزش راهبردهای یادگیری و مطالعه (مانند ملکی، ۱۳۸۴)، آموزش مهارت‌های زندگی و یا اجتماعی (مانند جمالی پاقله، جمالی پاقله، جدیدی‌فیقان و نظری‌بدیع، ۱۳۹۳، پاکدامن، گنجی و احمدزاده، ۱۳۹۱، یاسمی‌نژاد، سیف و گل‌محمدیان، ۱۳۹۰) بهره‌جسته است، برنامه‌ای که با آموزش راهبردها و مهارت‌های اساسی موفقیت به دانش‌آموزان به افزایش پیشرفت تحصیلی و یا شایستگی اجتماعی بپردازد، تا جایی که در پیشینه پژوهش بررسی شد، یافت نشد. دوم اینکه هر چند برخی مداخله‌ها مانند آموزش مهارت‌های زندگی بر افزایش سازگاری اجتماعی، عملکرد تحصیلی و انگیزش تحصیلی موثر بوده است، با این حال، برخی پژوهش‌ها نشان می‌دهند که علیرغم آموزش مهارت‌های زندگی در مدارس و حتی آوردن آن در برنامه

1. Kramer, Caldarella, Christensen & Shatzer
 2. McKown, Gumbiner, Russo & Lipton
 3. Martens & Witt
 4. Lane, Pierson & Givner

درسی نظام آموزشی، چندان هم در آموزش این مهارت‌ها موفق نبوده است و نوجوانان هنوز هم به لحاظ شاخص‌های این مهارت‌ها پایین‌تر از متوسط هستند (کریمی و فکری، ۱۳۹۲، ادیب، ۱۳۸۵). یکی از کاستی‌های این برنامه‌ها آن است که در آموزش این مهارت‌ها به آموزش مهارت‌های اساسی و ضروری برای موفقیت دانش‌آموزان تاکید نشده است. همچنین این برنامه‌ها دامنه زیادی از مهارت‌ها را در برمی‌گیرد. بهتر است برنامه‌ای طراحی شود که صرفاً آن دسته از مهارت‌ها آموزش داده شود که در ایجاد موفقیت در دانش‌آموزان اساسی‌تر هستند. کاستی دیگر این برنامه‌ها آن است که علیرغم ارتباط نزدیک بین مهارت‌های تحصیلی و اجتماعی، هر یک جداگانه در قالب برنامه‌هایی مانند آموزش خودتنظیمی، آموزش راهبردهای شناختی و فراشناختی و یا آموزش مهارت‌های ارتباطی به دانش‌آموزان آموزش داده شده است (مانند کریمی، کریمی، هاشمی، ۱۳۹۲، مرادی دلیر، ۱۳۹۳، و احمدی، ۱۳۹۳) و معمولاً بر مهارت‌های مرتبط با تحصیل متمرکز است (پریوات و کلی، ۲۰۰۳). سومین کاستی این برنامه‌ها آن است که بیشتر در سطح دانش‌آموزان در مدارس محدود شده است. پژوهش‌های کمی انجام گرفته است که همزمان با آموزش دانش‌آموزان به خصوص نوجوانان به آموزش والدین نیز بپردازند. از آنجا که خانواده از مهمترین عوامل بافتی تاثیرگذار (برون فن برنر^۲، ۱۹۷۹) در زندگی فرد هست، زمانی مداخلات آموزشی بخصوص در نوجوانی اثربخش است که والدین نیز با توانمندسازی خود با تغییر نگرش و شیوه‌های فرزندپروری از نوجوان حمایت نمایند. چنانچه پژوهش‌ها نشان می‌دهد حفظ و ایجاد رابطه مثبت بین والدین و نوجوان و استفاده از شیوه‌های فرزندپروری مناسب (با مریند^۳، ۱۹۷۱، رحمانی، سید فاطمی، برادران رضایی و صداقت، ۱۳۸۵) از مهمترین عوامل تاثیرگذار خانواده در رشد و ارتقای شایستگی اجتماعی و تحصیلی فرد است و به هنگام توصیف شایستگی اجتماعی، بافت و شرایط محیطی نیز باید مدنظر قرار گیرد؛ زیرا بین شیوه تربیتی والدین با میزان شایستگی تحصیلی نوجوانان ارتباط وجود دارد (اوبا، بنتی، مفرد، عبدالله، نوریعقوب^۴، ۲۰۱۲). به نحوی که هر چه میزان حمایت و پاسخدهی والدین بالاتر باشد، میزان شایستگی تحصیلی فرزندان نیز بالاتر است (نقل از رحمانی و همکاران، ۱۳۸۵). بنابراین مدارس در آموزش‌های خود بایست علاوه بر دانش‌آموز، توانمندسازی والدین و ارتباط بهتر آنها را نیز در نظر گیرند. چنانچه تیلور و ادلمان^۵ (۲۰۰۰) مطرح می‌کنند اگر مدارس تنها بر آموزش موضوعات درسی و نحوه اداره مدرسه جهت موفقیت تحصیلی دانش‌آموزان متمرکز شوند، به احتمال زیاد در رسیدن به اهدافشان با شکست مواجه خواهند شد. از طرف دیگر به ازای هر ۱۵ نفر دانش‌آموز یک ساعت مشاوره به مدارس متوسطه تعلق می‌گیرد. با توجه به نسبت بالای جمعیت دانش‌آموزان به مشاور و همچنین تاکید سند تحول آموزش و پرورش (۱۳۹۰) بر ارائه خدمات مشاوره‌ای - تربیتی در کلیه سطوح تحصیلی برای افزایش سلامت روحی

1. Prevatt & Kelly
2. Bronfenbrenner
3. Baumrind
4. Uba, Binti, Mofrad, Abdulla & Nor Yaacob
5. Taylor & Adelman

و جسمی دانش آموزان، تهیه و تدوین مداخله‌های گروهی اثربخش مانند این بسته‌های آموزشی برای مدارس ضروری است.

بنابراین با توجه به آنچه گفته شد پژوهشگر به دنبال آن است که با استفاده از برنامه‌های یادگیری اجتماعی-هیجانی و بر اساس پیشینه پژوهش، نخست دو بسته آموزشی جهت ایجاد موفقیت در دانش‌آموزان و همچنین توانمندسازی والدین تهیه و تدوین نماید و سپس به این پرسش پاسخ دهد که آیا آموزش راهبردهای موفقیت بر ارتقای شایستگی اجتماعی و پیشرفت تحصیلی نوجوانان موثر است؟ و آیا زمانی که همگام با دانش‌آموزان به والدین آنها نیز آموزش داده شود، اثربخشی بیشتری بر این متغیرها دیده می‌شود؟

روش پژوهش

این پژوهش بر حسب هدف در دسته پژوهش‌های کاربردی قرار می‌گیرد. طرح این پژوهش نیمه آزمایشی از نوع پیش‌آزمون _ پس‌آزمون با گروه کنترل است (گودوین^۱، ۲۰۰۲) که دارای دو گروه آزمایش و یک گروه کنترل است. در این پژوهش آموزش برنامه "ارتقای راهبردهای موفقیت" (POSS)^۲ و برنامه "توانمندسازی والدین" (SPP)^۳ به عنوان متغیرهای مستقل و میزان شایستگی اجتماعی و پیشرفت تحصیلی به عنوان متغیرهای وابسته در نظر گرفته شدند.

جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری

جامعه پژوهش کلیه دانش‌آموزان متوسطه دوم دخترانه در پایه دهم در سال تحصیلی ۹۶-۹۵ در شهرستان مشهد بودند، که به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. به این ترتیب که ابتدا از بین نواحی شهرستان مشهد، یک ناحیه به طور تصادف انتخاب شد و سپس از بین مدارس متوسطه دوم دخترانه این ناحیه، دو مدرسه که برخوردار از چند کلاس پایه دهم بودند، به طور تصادفی انتخاب شدند. پس از ارزیابی شایستگی اجتماعی و میانگین نمرات دانش‌آموزان ۴۵ نفر از افرادی که به لحاظ شایستگی اجتماعی و یا عملکرد تحصیلی متوسط و یا ضعیف بودند، گزینش شدند. قبل از اجرا دانش‌آموزان بر اساس سلامت روان همتایابی شدند. سپس به طور تصادفی در دو گروه آزمایش و یک گروه کنترل (هر یک ۱۵ نفر) قرار گرفتند. در گروه آزمایش اول هم دانش‌آموزان برنامه "ارتقای راهبردهای موفقیت" (۱۰ جلسه دو بار در هفته) را دریافت کردند و هم به والدین آنها برنامه "توانمندسازی والدین" (۸ جلسه) به طور همزمان آموزش داده شد. در گروه آزمایش دوم دانش‌آموزان صرفاً برنامه‌ی "ارتقای راهبردهای موفقیت" (۱۰ جلسه) را دریافت کردند و به والدین آنها آموزشی داده نشد. گروه کنترل

1. Goodwin
2. Promoting of successful strategies
3. Strengthening parents program

نه دانش‌آموزان و نه والدین‌شان هیچ‌گونه آموزشی را دریافت نکردند. قبل از شروع جلسات آموزش ابتدا شرایط و قوانین حضور در جلسات توضیح داده شد و پس از کسب مجوز از آموزش و پرورش و کسب رضایت جلسات آموزشی شروع شد. پس از پایان آموزش به منظور اخذ داده‌های پس‌آزمون کلیه افراد پیشرفت تحصیلی و شایستگی اجتماعی آنها دوباره مورد بررسی قرار گرفت. مداخله توسط خود پژوهشگر انجام گرفت.

ابزارهای گردآوری داده‌های پژوهش:

۱- پرسشنامه شایستگی اجتماعی: پرسشنامه شایستگی اجتماعی، دارای ۴۷ پرسش است که آن را پرندین (۱۳۸۵) برپایه الگوی چهار بعدی کفایت اجتماعی فلنر و همکارانش (۱۹۹۰) ساخته‌اند. پرسش‌های آزمون، مهارت‌های نوجوانان را در چهار بعد شناختی، رفتاری، هیجانی، انگیزشی و بر اساس مقیاس هفت درجه‌ای لیکرت از نمره یک (کاملاً مخالف) تا هفت (کاملاً موافق) می‌سنجد. پایایی و روایی این آزمون توسط پرندین (۱۳۸۵) در استان تهران، بر روی ۴۵۰ نفر صورت گرفته است. جهت برآورد ضریب پایایی مقیاس، از دو روش آلفای کرونباخ و ضریب همبستگی بین دو بار اجرا (بازآزمایی) استفاده شده است. از روش آلفای کرونباخ برای بررسی همسانی درونی مقیاس و خرده مقیاس‌ها استفاده گردیده است. ضریب آلفای به دست آمده از حذف سوالاتی که همبستگی کمی با نمره کل داشتند برابر با $0/88$ می‌باشد، که نشان دهنده ی ضریب همسانی درونی قابل قبول و مطلوب است. برای استفاده از روش پایایی علاوه بر ضریب آلفا، از بازآزمایی هم استفاده شده است. پرسشنامه بر روی ۳۰ نفر آزمودنی در فاصله زمانی ۴ هفته اجرا گردید. ضریب همبستگی بین دو بار اجرا در بازآزمایی ($r=0/89$) به دست آمده است.

۲- پیشرفت تحصیلی: از میانگین نمرات مستمر دانش‌آموزان قبل و بعد از مداخله جهت سنجش پیشرفت تحصیلی استفاده شد.

۳- پرسشنامه سلامت روانی (SCL-۲۵): این پرسشنامه کوتاه شده نسخه تجدیدنظر شده فهرست ۹۰ نشانه‌ای سلامت روان یعنی SCL-۹۰ است که نجاریان و داوودی (۱۳۸۰) آن را تهیه کرده‌اند. این مقیاس یک ابزار خودگزارشی برای سنجش آسیب‌شناسی روانی عمومی است و شامل ۲۵ ماده است که نمره‌گذاری هر سوال بر روی یک پیوستار از ۱ (برای هیچ) تا ۵ (برای اکثر اوقات) درجه بندی شده است. در مطالعه نجاریان و داوودی (۱۳۸۰) ضرایب پایایی این مقیاس به شیوه بازآزمایی برابر $0/78$ و از طریق همسانی درونی $0/97$ گزارش شده است. از این پرسشنامه جهت هم‌تابایی قبل از مداخله استفاده شد.

۴- بسته آموزشی "ارتقای راهبردهای موفقیت (POSS): این بسته با بهره‌گیری از یادگیری اجتماع-هیجانی و برای نوجوانان توسط پژوهشگر تهیه شده است و به دنبال آن است که با آموزش

راهبردهای اساسی موفقیت به توانمندسازی دانش‌آموزان در این دوره کمک نماید. جهت تهیه و تدوین این بسته‌ی آموزشی، پس از مرور پیشینه و ادبیات مرتبط با موفقیت، مهارت‌های اساسی جهت موفقیت شناسایی شدند. به منظور روایی محتوایی، این بسته توسط چند نفر از متخصصان در این زمینه مورد بررسی قرار گرفت پیشنهاد‌های آنان اعمال گردید. سپس بسته آموزشی به صورت آزمایشی اجرا گردید. مطالب و محتوای بسته آموزشی بر اساس روش سازایی‌گرایی و با استفاده از چندین روش که شامل الگوگیری، بازی نقش، بازخورد دادن و حل مساله اجتماعی بود، توسط پژوهشگر آموزش داده شد. این برنامه دربرگیرنده‌ی شش مقوله از راهبردها و مهارت‌های اساسی موفقیت است که با هم همپوشی دارند. این راهبردها عبارتند از هدف‌گذاری و واریسی پیشرفت، مهارت‌های تقویت حافظه و عادات صحیح مطالعه، مدیریت خود به ویژه در زمینه اضطراب تحصیلی و عصبانیت، ایجاد خوش بینی سالم و در نهایت ایجاد مهارت‌های اجتماعی در محیطی دلگرم‌کننده است. در جدول شماره ۱ راهبردهایی که در هر جلسه آموزش داده شده به طور خلاصه آمده است:

جدول شماره ۱: برنامه ارتقای راهبردهای موفقیت

Table 1

Promoting of successful strategies program

جلسه	موضوعات و فعالیت‌هایی که ارائه می‌شود
جلسه اول FIRST SESSION	معارفه دانش‌آموزان، اجرای پیش‌آزمون، توضیح روند اجرای طرح، توضیح در مورد عوامل ایجاد موفقیت، هدف‌گذاری (استفاده از کارت‌های اهداف، نوشتن اهداف به صورت هوشمندانه، برنامه‌ریزی هفتگی برای رسیدن به اهداف)
جلسه دوم SECOND SESSION	Introducing students together, pre-test execution, explaining the factors of success, setting goal (Using goal cards, writing SMART goals, planning weekly) معرفی کابزن و نقش آن در پیشرفت فرد و رسیدن به اهداف Introduction of Kaizen and its role in individual progress and attainment to goals
جلسه سوم THIRD SESSION	تقویت حافظه و آموزش عادات صحیح مطالعه (استفاده از ژیمناستیک مغزی، تکنیک R3SQ، یادداشت‌برداری، افزایش تمرکز و مدیریت زمان) (brain Gym, R3SQ) Improving memory and effectively study habits (technique, Take notes, increasing focus and time management)
جلسه چهارم FOURTH SESSION	اضطراب تحصیلی و روش‌های کاهش آن (تغییر و اصلاح خطاهای شناختی، استفاده از ژیمناستیک مغزی، آموزش چگونگی امتحان دادن، کاهش خودگویی‌های منفی و شناخت تله‌های افکار منفی) Academic anxiety and ways to reduce (correcting cognitive errors, using brain Gym, teaching how to test, reducing negative self-talking and recognizing of thinking traps)
جلسه پنجم FIFTH SESSION	ادامه بحث اضطراب تحصیلی کاهش اضطراب امتحان با استفاده از تکنیک آرام‌سازی و تجسم‌سازی، استفاده از آهنگ‌های آرامش بخش)
جلسه ششم SIXTH SESSION	Academic anxiety (Relaxation and visualization techniques, using relaxing songs) مهارت‌های ارتباطی (شامل استفاده از تصاویر، بازی نقش، ایجاد همدلی با استفاده از گوش دادن با گوش، چشم و قلب، داستان‌گویی)
جلسه هفتم SEVENTH SESSION	ادامه مهارت‌های ارتباطی (مهارت ارتباطی و نحوه ارتباط سالم موثر) Communication skills (using role playing, Create empathy using listening with the ears, eyes and hearts, storytelling)
	Communication skills

SESSION	مهارت حل مساله اجتماعی(استفاده از داستان و بازگویی مشکلات و حل آنها با استفاده از حل مساله اجتماعی)
جلسه هشتم	Social problem solving skills(Using stories and recounting problems and solving them)
EIGHTH SESSION	
جلسه نهم	کنترل عصبانیت(ژیمناستیک مغزی، تکنیک های شناختی-رفتاری، آرام سازی)
NINTH SESSION	Anger management(brain Gym, relaxation, Cognitive-Behavioral Techniques)
جلسه دهم	مهارت ایجاد خوش بینی سالم(استفاده از اصول کایزن و یا توجه به پیشرفت های اندک در زندگی) ، اجرای پس
TENTH SESSION	آزمون
SESSION	Skills to make healthy optimism (Use the Kaizen Principles or Pay attention to the slight improvements in life), post test execution.

۵- **بسته "توانمندسازی والدین"(SPP):** این برنامه مداخلاتی بر آن است تا مهارت‌های والدین را به خصوص در ارتباط با نوجوان افزایش دهد. به طوری که طی این نشست‌ها آنها با نوجوان خود ارتباط بهتری برقرار نمایند و در نهایت با افزایش مهارت‌ها و ایجاد نگرش‌های خوش بینانه، به نوجوان خود کمک نمایند تا با چالش‌های این دوره بهتر روبرو شوند. در این بسته از تلفیقی از نظریه‌ها استفاده شده است که شامل واقعیت‌درمانی، آدلری و ایماگو تراپی است. در رویکرد ایماگو تراپی والدین به علت برخی رفتارهای خود با نوجوانشان و سبک‌های فرزندپروری خود آشنا می‌شوند. از آنجا که آدلر و گلاسر بر استفاده از اصول دموکراتیک در فرزندپروری تاکید داشتند، در این بسته از این نظریه‌ها نیز بهره گرفته شده است. جهت تهیه و تدوین این بسته آموزشی توسط پژوهشگر پس از بررسی متون و منابع موجود در زمینه این نظریه‌ها، ابتدا کلیه مفاهیم و مفروضه‌های مرتبط با این نظریه‌ها از این منابع استخراج شدند و سپس برای هر یک از اصول و مفاهیم زیربنایی این نظریه‌ها، اهدافی در نظر گرفته شد و سپس بسته آموزشی بر اساس این اهداف نگاشته شد. جهت سنجش روایی محتوایی این بسته آموزشی مورد بازبینی سه نفر از متخصصان قرار گرفت. در این بسته آموزشی نیز مانند برنامه قبلی از رویکرد سازایی‌گرایی جهت آموزش استفاده شده است. روش‌های آموزشی مورد استفاده عبارت است از: الگوگیری، مربی‌گری، بازی نقش، دادن بازخورد، حل‌مساله اجتماعی، نمایش فیلم، بازی‌ها، پرسش‌های خودارزیابی، دادن تکلیف و ارائه فعالیت‌ها. تعداد جلسات و فعالیت‌هایی که در آموزش ارائه شده است، در جدول شماره ۲ به طور خلاصه آمده است:

جدول شماره ۲: آموزش برنامه توانمندسازی والدین

Table 1

summary of strengthening parents program

فعالیت‌ها	جلسه
معارفه، آگاهی از ویژگی‌های رشدی (جسمی و روانی) کودکان و نوجوانان در هر مرحله رشدی Introducing awareness developmental characteristics (physical and mental) of adolescents	جلسه اول FIRST SESSION
Parenting styles	جلسه دوم SECOND SESSION
ایجاد ارتباط مثبت بین والدین و فرزندان و ایجاد خودانضباطی مثبت در آنها Creating positive relationships and self-discipline between parents and children	جلسه سوم THIRD SESSION
ادامه موضوع جلسه قبلی (ایجاد ارتباط مثبت بین والدین و فرزندان) Creating positive relationships between parents and children	جلسه چهارم FOURTH SESSION
Responsibility in adolescent	ایجاد مسئولیت‌پذیری در نوجوان جلسه پنجم FIFTH SESSION
ایجاد خوش بینی در نوجوان از طریق ایجاد دلگرمی و جهت‌دهی دوباره در خانواده Creating optimism in adolescent by encouraging and re-orienting the family	جلسه ششم SIXTH SESSION
How to hold family meetings	چگونگی و نحوه برگزاری نشست‌های خانوادگی جلسه هفتم SEVENTH SESSION
Review of previous meetings	مروری بر نشست‌های قبلی و پرسش و پاسخ آزاد جلسه هشتم EIGHTH SESSION

یافته‌ها

در این پژوهش جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از نرم افزار SPSS استفاده شده است. جهت تحلیل داده‌ها و بررسی فرضیه‌ها با کمک آمار توصیفی و استنباطی، و با توجه به کمی بودن مقیاس و نیز کنترل تفاوت پیشین آزمودنی‌ها و نیز با توجه به ارتباط نظری متغیرهای پژوهش از تحلیل کوواریانس چندمتغیره (مانکوا) استفاده شد. میانگین و انحراف معیار متغیرهای عملکرد تحصیلی و شایستگی تحصیلی در هر یک از گروه‌ها در مرحله پیش آزمون و پس آزمون در جدول شماره ۳ آمده است.

جدول شماره ۳: میانگین و انحراف استاندارد متغیرها به تفکیک گروهها

Table3

Descriptive statistics of the pre- and post-test Scores of Social competence and academy achievement in Groups

میانگین mean	پس آزمون Post test		پیش آزمون Pre test		گروه group	متغیرها Variables
	انحراف معیار Standard deviation	میانگین mean	انحراف معیار Standard deviation	میانگین mean		
4.06	237.86	1.24	195	195	گروه آزمایش ۱ Experiment group1	شایستگی اجتماعی Social competence
3.59	217.06	1.60	197	197	گروه آزمایش ۲ Experiment group2	
2.30	192	4.7	193	193	گروه کنترل Control Group	
0.77	17.78	1.28	15.76	15.76	گروه آزمایش ۱ Experiment group1	پیشرفت تحصیلی Academy achievement
1.13	16.8	1.10	15.78	15.78	گروه آزمایش ۲ Experimen group2	
1.26	15.58	1.1	15.26	15.26	گروه کنترل Control Group	

در این جدول گروه آزمایشی ۱ گروهی است که هم والدین و هم دانش آموز آموزش دیده، گروه آزمایشی ۲ تنها دانش آموز آموزش دیده است و گروه ۳ گروه کنترل است که نه والدین و نه دانش آموزان هیچ گونه آموزشی ندیده اند.

قبل از انجام تحلیل های اصلی، لازم است پیش شرط های مهم این آزمون به ترتیب بررسی شود: ابتدا لازم است همبستگی قابل قبولی بین متغیرهای وابسته و متغیرهای هم تغییر وجود داشته باشد. در این پژوهش همبستگی بین متغیرهای هم تغییر و متغیرهای وابسته در اکثر موارد خوب بودند. همبستگی در دامنه $r=0/39$ و $r=0/69$ قرار داشتند. پیش شرط دوم آن است که متغیرهای هم تغییر در بین گروههای متغیر مستقل متفاوت باشد. نتایج نشان داد که تفاوت معنی داری بین گروهها در نمرات پیش آزمون عملکرد تحصیلی ($p=0/4$, $F=0/93$) و یا نمرات پیش آزمون در شایستگی تحصیلی ($P=0/15$, $F=1/94$) وجود ندارد. بنابراین متغیرهای هم تغییر ممکن است به کاهش واریانس خطا کمک کنند. پیش شرط سوم نرمال بودن توزیع است. چون تعداد گروهها کمتر از ۵۰ نفر است با استفاده از تحلیل شاپیرو-ویلک به بررسی این مفروضه پرداخته شد. چون سطح معناداری در این آزمون بیشتر از ۰/۰۵ بود، توزیع نرمال برای متغیرهای وابسته و متغیرهای هم تغییر در بین گروهها خوب است. همگونی واریانس ها تایید شد. در آزمون باکس ام ($Box M=9/77$, $P=0/16$, $F=1/51$) و آزمون لون نشان داد که سطح معناداری در هر دو آزمون از ۰/۰۵ بزرگتر است، بنابراین واریانس های بین گروهی همگن هستند. پیش شرط بعدی همگنی شیب های رگرسیون است. نتایج نشان داد که ما از این شرط تخطی نکرده ایم و تعامل

معنی‌داری بین متغیرهای هم‌تغییر و متغیر مستقل برای هر یک از متغیرهای وابسته وجود ندارد و سطح معناداری آنها بیشتر از ۰/۰۵ بود.

جهت برآورده کردن و اجرای برنامه مانکوا، قبل از آن ما باید نتایج چندمتغیری و تک‌متغیری را بدون متغیرهای هم‌تغییر برآورده سازیم. سپس به بررسی و تجزیه و تحلیل پس از وارد کردن متغیرهای هم‌تغییر می‌پردازیم و نتایج را با یکدیگر مقایسه می‌نماییم.

نتیجه لامبدای ویلکز قبل از وارد کردن متغیرهای هم‌تغییر نشان داد که بین گروهها تفاوت معناداری با توجه به متغیرهای وابسته‌ی شایستگی تحصیلی و پیشرفت تحصیلی در نمرات پس‌آزمون در بین گروههای مربوط داریم ($F=۱۰/۳۵$, $p=۰/۰۰۰۱$) علاوه بر این، نتیجه تک‌متغیری معناداری برای پیشرفت تحصیلی ($F=۱۵/۵۸$, $P=۰/۰۰۰۱$) و نمره کلی شایستگی اجتماعی ($F=۲۰/۸۹$, $P=۰/۰۰۰۱$) در بین گروهها وجود دارد.

پس از وارد کردن متغیرهای هم‌تغییر نتایج لامبدای ویلکز نشان داد که نتیجه چندمتغیری پس از وارد کردن متغیرهای هم‌تغییر خیلی قویتر شده است. بنابراین متغیرهای هم‌تغییر تا حدودی واریانس خطا را کاهش داده اند (value = ۰/۲۴, $F=۱۹/۹۸$, $P=۰/۰۰۰۱$) چنانچه جدول شماره ۴ نشان می‌دهد نتیجه تک‌متغیری بعد از وارد کردن متغیرهای هم‌تغییر قوی است. پیشرفت تحصیلی ($F=۲۰/۰۳$, $P=۰/۰۰۰۱$) و شایستگی اجتماعی ($F=۴۷/۰۲$, $P=۰/۰۰۰۱$) در پس‌آزمون به صورت معناداری در بین گروههای دانش‌آموزان متفاوت است.

جدول شماره ۴: نتایج آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیری و تاثیر عضویت گروهی بر روی نمرات پیشرفت تحصیلی و

شایستگی اجتماعی

Table 4

The Results of Multivariate Analysis of Covariance of the Differences of Experiment and Control Groups in Social competence and academy achievement

متغیر variable	منبع تغییر Source	مجموع مجزورات Sum of Squares	درجه آزادی df	میانگین مجزورات Mean Squar	آماره F	سطح معناداری sig	مجزور اتا Partial Eta Squared
پیشرفت تحصیلی social competence	گروه group	24.57	2	12.28	20.03	0.0001	0.50
	خطا error	24.52	40	0.61			
شایستگی اجتماعی social competence	گروه group	13663.84	2	6831.92	47.02	0.0001	0.70
	خطا error	5811.70	40	145.29			

نتایج آزمون تعقیبی با استفاده از آزمون بن فرونی نشان داد گروه آزمایش اول که هم به والدین و هم به خود دانش آموزان آموزش داده شده بود، از پیشرفت تحصیلی و شایستگی اجتماعی بهتری در مقایسه با گروهی که تنها دانش آموزان آموزش دیده بودند ($P=0/0001$, $P=0/0001$) و گروهی که هیچکدام آموزش ندیده بودند ($P=0/0001$, $P=0/0001$) برخوردار بودند. همچنین گروه آزمایش دوم که تنها دانش آموز آموزش دیده بود، به لحاظ پیشرفت تحصیلی ($P=0/01$) و شایستگی اجتماعی ($P=0/0001$) در مقایسه با گروه کنترل بهتر بودند.

بحث و نتیجه گیری

این مطالعه به بررسی اثربخشی برنامه ی مداخله ای "ارتقای راهبردهای موفقیت" و همچنین برنامه "توانمندسازی والدین" بر افزایش شایستگی اجتماعی و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان انجام گرفت. یکی از یافته های این پژوهش آن است که آموزش برنامه "ارتقای راهبردهای موفقیت" باعث افزایش شایستگی اجتماعی و پیشرفت تحصیلی در دانش آموزان می شود. به طوری که دانش آموزانی که این آموزش ها را دریافت نمودند در مقایسه با گروه کنترل از پیشرفت تحصیلی و شایستگی اجتماعی بالاتری برخوردار بودند. این نتایج در راستای پژوهش های ویسبرگ و همکاران (۲۰۰۴)، ماسن و کوتس ورث (۱۹۹۸)، وانگ و همکاران (۱۹۹۴)، صدری، اکبرزاده و پوشنه (۱۳۸۷)، گرینبرگ و همکاران (۲۰۰۳)، پیتون، واردلو، بلادورث، تامپست و ویسبرگ (۲۰۰۸) و وینشتین (۲۰۱۳) می باشد. در تبیین این پژوهش می توان گفت زمانی که دانش آموزان از خودانضباطی بیشتری برخوردار باشند و استرس خود را مدیریت کنند می توانند اهداف تحصیلی بالاتری را انتخاب کنند و به پایه های تحصیلی بالاتر دست یابند. علاوه بر این تصمیم های مسوولانه تری به هنگام انجام تکالیف می گیرند. روابط معلم و شاگرد بهبود می یابد، یادگیری مشارکتی بالایی رود و محیط امنی ایجاد می شود که رفتارهای مثبت را بین دانش آموزان تقویت می نماید و باعث موفقیت آنان می شود. از طرفی افزایش توانمندی های اجتماعی و همچنین آموزش مهارت های موفقیت باعث پیشرفت تحصیلی در دانش آموزان می شود. بسته تدوین شده مهارت هایی را که برای موفقیت دانش آموزان مورد نیاز است را در جوی دلگرم کننده و حمایت گر آموزش می دهد به طوری که دانش آموزان به طور سازنده ای با یکدیگر تعامل می نمایند و انگیزه خود را حفظ می کنند. همان طور که دانش آموزان نتایج پیشرفت های خود را در مدرسه و زندگی خود مشاهده می نمایند و پیشرفت خود را نتیجه انتخاب و اعمال خود می بینند، به توانمندی های خود بیشتر اعتماد می کنند. این فرایند به آنها کمک می کند که آنچه را که گلاس (۱۹۶۹) "هویت موفق" می نامد، در خود ایجاد نمایند. همچنین در این برنامه مهارت هایی مانند حل مساله اجتماعی، گرفتن تصمیمات مسوولانه

و ایجاد روابط مثبت با دیگران نیز یاد داده می‌شود. یاد گرفتن این مهارت‌ها باعث ایجاد شایستگی اجتماعی در دانش‌آموز و دوری از رفتارهای ضداجتماعی می‌شود (الیاس، زینس، ویسبرگ، فری، گرینبرگ و هاینز، ۱۹۹۷). چنانچه پژوهش‌های ماسن و کوتس ورت (۱۹۹۸) و بریگمن و کمپل^۲ (۲۰۰۳) نیز نشان داده‌اند از جمله مهارت‌های اساسی برای موفقیت شامل مهارت‌های شناختی و فراشناختی نظیر تعیین هدف، نظارت بر پیشرفت، مهارت‌های حافظه و مهارت‌های اجتماعی و مدیریت خود است.

از آنجا که امروزه دانش‌آموزان با موقعیت‌های گوناگونی مواجه می‌شوند که بر رشد مهارت‌های اجتماعی-هیجانی و پیشرفت تحصیلی آنها تاثیر منفی می‌گذارد و با رشد روز افزون آمار سوءمصرف مواد، خودکشی، قلدری و ترک تحصیل دانش‌آموزان مواجه هستیم، مدارس نه تنها وظیفه شان این است که آزمون‌هایی با استانداردهای بالا طراحی نمایند و راهبردهای یادگیری مناسب را بیاموزند بلکه باید راهبردهایی را که برای موفقیت در آینده خود بدان نیاز دارند را نیز آموزش دهند. چنانچه روزر، اکلز و ساماروف^۳ (۲۰۰۰) بیان می‌کنند نقش مهم مدارس علاوه بر آموزش دانش‌آموزان در ارتقای سلامت ذهنی و جسمی آنها، پیشگیری اولیه از بروز مشکلات نیز است. این برنامه مداخله‌ای می‌تواند در پیشگیری از آسیب‌های روانی نیز بسیار موثر باشد. استفاده از برنامه‌های پیشگیرانه نظیر این می‌تواند باعث شوند که دانش‌آموزان رفتار مخرب کمتری را نشان دهند و در بزرگسالی و یا نوجوانی کمتر درگیر سوءمصرف مواد و یا مشروبات الکلی شوند. همچنین از آنجا که نداشتن دانش و مهارت‌های هیجانی منجر به طرد همسالان، انزوای اجتماعی و رفتارهای ضد اجتماعی و مخرب مانند پرخاشگری می‌شود (ایزارد، فاین، ماستو، ترنتاکاست و کمپل^۴، ۲۰۰۲)، اجرای این برنامه در مدارس می‌تواند در کاهش این اختلالات در دانش‌آموزان موثر باشد.

از جمله یافته‌های دیگر این پژوهش آن است گروهی از دانش‌آموزان که به والدین آنها برنامه توانمندسازی والدین (SPP) آموزش داده شد، در مقایسه با گروه آزمایش دوم که تنها به دانش‌آموزان راهبردهای ارتقای موفقیت آموزش داده شده بود و همچنین در مقایسه با گروه کنترل که نه دانش‌آموز و نه والدین آنها آموزش دریافت نکرده بودند، از شایستگی اجتماعی و عملکرد تحصیلی بالاتری برخوردار بودند. این یافته‌ها در راستای پژوهش‌های ویس، بوفارد، بریجلل، گاردن^۵ (۲۰۰۹)، رسنیک، برمن، بلوم^۶ (۱۹۹۷)، ویسبرگ و همکاران (۲۰۰۴) و کیامنش و درخشنده (۱۳۸۶) بود. در تبیین این یافته می‌توان گفت هر چه والدین در آموزش فرزندشان حمایت و ارتباط بهتری داشته باشند، کارکردهای اجتماعی، هیجانی و شناختی دانش‌آموزان بالا می‌رود و باعث می‌شود که دانش‌آموز از موفقیت بیشتری

1. EliasZins, Weisberg, Frey, Greenberg, Haynes

2. Brigman & Campbell

3. Roeser, Eccles & Samoroff

4. Izard, Fine, Mostow, Trentacosta & Campbell

5. Weiss, Bouffard, Bridglall & Gordon

6. Resnick, Bearman, Blum

در زندگی و تحصیل برخوردار شوند. پژوهش‌ها نشان می‌دهند مشارکت والدین در داخل و خارج از مدرسه یکی از قوی‌ترین پیش‌بینی‌کننده‌های موفقیت تحصیلی دانش‌آموزان است (ویس و همکاران، ۲۰۰۹). به طوری که هر چه والدین ارتباط بهتر و حمایت‌کننده‌تری داشته باشند، دانش‌آموزان از عزت‌نفس و نگرش‌های خوش‌بینانه‌تری نسبت به مدرسه برخوردار خواهند شد (کریستسنسون، ۲۰۰۴)، بیشتر به مقاطع تحصیلی بالا می‌رسند و عملکرد بهتری در مدرسه خواهند داشت (هندرسون و مپ، ۲۰۰۲). همچنین از احتمال درگیر شدن در رفتارهای مخاطره‌آمیز بخصوص در دوره نوجوانی کاسته می‌شود (رسنیک و همکاران، ۱۹۹۷). بنابراین می‌توان گفت که موفقیت دانش‌آموز بدون حمایت خانواده میسر نخواهد شد.

این پژوهش در راستای برنامه‌های مداخله‌ای پیشگیرانه است که می‌تواند در برنامه درسی دانش‌آموزان در مدارس گنجانده شود. در سال‌های اخیر پژوهش‌ها بر اهمیت برنامه‌های مداخله‌ای پیشگیرانه و توانمندسازی نوجوان تاکید داشته است (هاوکینز، ۲۰۰۶). دیر زمانی بود که روان‌شناسی به جای پیشگیری از مشکلات و توانمندسازی فرد، متمرکز بر درمان یا حل مشکلات فرد بود (سلیگمن و سیکزتمیهالی، ۲۰۰۰)؛ اما طی ۲۰ سال گذشته حوزه روان‌شناسی مثبت‌گرایی ظهور پیدا کرده است که به دنبال آن است که به جای تمرکز بر پیدا کردن علایم بیماری و درمان آنها، به دنبال توانمندسازی فرد و پیشگیری از مشکلات باشد. خدمات و برنامه‌های پیشگیرانه پیوندهای محکمی را بین نوجوانان، مدرسه و خانواده برقرار می‌کند. همچنین فرصتی برای ارتباط بین آنها، افزایش مهارت‌های اجتماعی و بهره‌مندی از تشویق و تقویت مثبت فراهم می‌آورد (هاوکینز، ۲۰۰۶). در این میان محیط مدرسه می‌تواند محیطی بسیار عالی باشد. به طوری که می‌توان با آموزش بسیاری از مهارت‌ها از رشد و تحول مثبت در نوجوان پشتیبانی کرد (بروکس، ۲۰۰۶). این برنامه چون بر پیشگیری متمرکز است، با توانمند کردن دانش‌آموزان و همچنین والدین گام مهمی در پیشبرد روان‌شناسی مثبت‌گرایی و پیشگیری از ایجاد مشکلات رفتاری و همچنین بروز اختلالات روانی بر می‌دارد، زیرا هرچه دانش‌آموزان از میزان رضایت بیشتری در زندگی برخوردار باشند، حمایت اجتماعی بیشتری داشته و از موفقیت‌های بیشتری برخوردار خواهند بود (آنترامیان، هابنر، هیلز و والیوز، ۲۰۱۰). همچنین، این برنامه مداخله‌ای در راستای سایر مداخلات توانمندسازی و سنجش‌های وابسته به آن، مبتنی بر نگاهی جدید در روان‌شناسی است که بر چهار اصل تاکید می‌کند: ۱- تمام دانش‌آموزان از یک یا چند توانمندی برخوردار هستند ۲- با تمرکز بر توانمندی‌ها به جای کاستی‌های افراد انگیزش و رفتار دانش‌آموزان بهبود می‌یابد ۳- نقص در یک مهارت

1. Christenson
2. Handerson & mapp
3. Hawkins
4. Seligman & Csikszentmihalyi
5. Brooks
6. Antaramian, Huebner, Hills & Valois

فرصتی جهت یادگیری مهارتی دیگر است ۴- خانواده‌ها در مداخلات مبتنی بر توانمندسازی خود و دانش‌آموزان بیشتر حضور می‌یابند (اپستین، داکان، اسوالد و یو، ۲۰۰۱). با نگاهی به این اصول و اهدافی که این برنامه دنبال می‌کند، مربیان و مسوولین مدرسه، نگرش خوش بینانه تری نسبت به دانش‌آموزان پیدا خواهند کرد. دانش‌آموزانی که دارای مشکل هستند، توسط مشاور مدرسه شناسایی شده و با همکاری و حمایت خانواده به حل مشکلات آنها پرداخته خواهد شد. همچنین خود دانش‌آموزان نیز در این مداخله از خودآگاهی و اعتماد به نفس بیشتری برخوردار خواهند شد و انگیزش و توانایی آنها جهت حل مشکلاتشان افزایش خواهد یافت.

پژوهش حاضر با محدودیت‌هایی روبرو بود یکی از محدودیت‌ها استفاده از ابزار خودگزارش دهی پرسشنامه شایستگی اجتماعی است، انجام پژوهش با پرسشنامه‌ها این امکان را دارد که آزمودنی‌ها پاسخی غیر واقعی و یا تحریف شده بدهند. همچنین نتایج بدست آمده از پژوهش حاضر مربوطه به جامعه همین پژوهش (دانش‌آموزان پایه دهم شهرستان مشهد) بوده و در تعمیم آن به گروهها و جوامع دیگر باید جانب احتیاط را رعایت کرد. بر اساس محدودیت‌ها پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی از روش‌های دیگر مانند مصاحبه‌های ساختارمند بالینی جهت دستیابی به اطلاعات بیشتر و وسیع‌تر استفاده شود و نیز چنین پژوهشی در سایر جوامع آماری انجام و نتایج با پژوهش حاضر مقایسه شود.

با توجه به اثربخشی این برنامه مداخله‌ای پیشنهاد می‌شود که این بسته‌های آموزشی در قالب یک برنامه آموزشی در طول سال تحصیلی توسط مشاوران آموزشگاه به دانش‌آموزان متوسطه یک و دو آموزش داده شود. همچنین پیشنهاد می‌شود که بسته‌های آموزشی جهت ارتقای موفقیت و توانمندسازی والدین جهت مقطع ابتدایی نیز تهیه و تدوین شود تا آموزش این برنامه را بتوان از مقطع پیش دبستانی و ابتدایی نیز شروع کرد.

References

منابع

- احمدی، محمدسعید (۱۳۹۳). اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی بر خودتنظیمی یادگیری دانش‌آموزان پسر مقطع متوسطه شهر زنجان. *دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی*، ۱۵(۱)، ۱۱۳-۱۲۰.
- ادیب، یوسف (۱۳۸۵). بررسی میزان دستیابی نوجوانان ایرانی به مهارت‌های زندگی. *فصلنامه علمی-پژوهشی روان‌شناسی دانشگاه تبریز*، ۱(۴)، ۱-۲۵.
- پاکدامن ساوجی، آذر، گنجی، کامران، احمدزاده، محمود (۱۳۹۱). تاثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر انگیزه پیشرفت و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان. *فصلنامه علمی-پژوهشی رفاه اجتماعی*، ۱۲(۴۷)، ۲۶۵-۲۴۵.
- پرندین، شیما (۱۳۸۵). *ساخت و هنجاریابی پرسشنامه کفایت اجتماعی در نوجوانان شهر تهران*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبایی تهران.
- جمالی پاقله، زیور، جمالی پاقله، سمیه، جدیدی فیقان، مهناز، نظری بدیع، مرضیه (۱۳۹۳). تاثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر سازگاری اجتماعی و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دختر نوجوان. *دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی*، ۱۵(۴)، ۱۲۱-۱۲۹.
- رحمانی، فرناز، سیدفاطمی، مهین، برادران رضایی، مهین، صداقت، کامران (۱۳۸۵). ارتباط شیوه تربیتی والدین با میزان شایستگی اجتماعی دانش‌آموزان نوجوان مدارس تبریز. *فصلنامه اصول بهداشت روانی*، ۸(۲۹)، ۱۱-۱۶.
- سند تحول آموزش و پرورش (۱۳۹۰). شورای عالی آموزش و پرورش. سایت: <http://www.nlai.ir/portals/0/files/pdf/common>
- صالحی نجف‌آبادی، رضوان (۱۳۹۳). *تدوین مدل مشاوره تحصیلی و بررسی تاثیر آن بر موفقیت تحصیلی دانش‌آموزان سال اول دبیرستانهای شهرکرد*. پایان‌نامه دکتری. دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه اصفهان.
- صدری، اسماعیل، اکبرزاده، نسرین، پوشنه، کامبیز (۱۳۸۷). تاثیر برنامه آموزش مهارت‌های اجتماعی-هیجانی بر هوش هیجانی دانش‌آموزان. *پژوهش‌های روان‌شناسی*، ۱۱(۳ و ۴)، ۵۵-۷۰.
- کرمی، بختیار، کرمی، آزاد اله، هاشمی، نظام (۱۳۹۲). اثربخشی آموزش راهبردهای شناختی و فراشناختی بر خلاقیت، انگیزه پیشرفت و خودپنداره تحصیلی. *مجله ابتکار و خلاقیت در علوم انسانی*، ۲(۴)، ۱۳۹-۱۲۱.
- کریمی، فریبا و فکری، سعیده (۱۳۹۲). سنجش مهارت‌های زندگی دانش‌آموزان اول متوسطه. *فصلنامه آموزش و ارزشیابی*، ۶(۲۲)، ۷۳-۸۵.

کیامنش، علیرضا، سیف درخشنده، سعید (۱۳۸۶). بررسی رابطه ادراک از زمینه خانوادگی و مدرسه‌ای با پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان پسر پایه سوم دبیرستان‌های شهرستان اردبیل. *فصلنامه علمی پژوهشی دانشگاه تبریز*. ۲(۶)، ۱۱۱-۱۳۲.

مرادی‌دلیر، زهرا (۱۳۹۳). مقایسه اثربخشی آموزش خودتنظیمی هیجانی و آموزش حل‌مسئله اجتماعی بر مهارت‌های اجتماعی و سازگاری تحصیلی دانش‌آموزان دختر مقطع راهنمایی شهر ارومیه، سال تحصیلی ۹۳-۹۲. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، روان‌شناسی تربیتی، دانشگاه ارومیه.

ملکی، بهرام (۱۳۸۴). تاثیر آموزش راهبردهای شناختی و فراشناختی بر افزایش یادگیری و یادداری متون درسی مختلف. *تازه‌های علوم شناختی*، ۷(۳)، ۴۲-۵۰.

نجاریان بهمن، داوودی ایران (۱۳۸۰). ساخت و اعتباریابی SCL-۲۵ (فرم کوتاه مدت (SCL-90-R)). *مجله روانشناسی*، ۵(۲)، ۱۳۶-۱۴۹.

یاسمی نژاد، پریسا، سیف، علی اکبر، گل محمدیان، محسن (۱۳۹۰). تاثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر کاهش تعلل و افزایش پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دختر، *مجله روان‌شناسی بالینی و شخصیت*، ۳(۵)، ۲۵-۳۶.

Adib, Y. (2006). Evaluation of Iranian youth access life skills. *Univ Tabriz journal academic research psychology*. 1(4), 1-25[In Persian].

Ahmadi, M. S. (2014). Effectiveness of Training Communication Skills on Self regulated Learning of Male High School Students in Zanjan City. *Knowledge & Research in Applied Psychology*. 15(1), 113-12[In Persian].

Antaramian, S. P. Huebner, S., Hills, K. J., & Valois, R. F. (2010). A dual-factor model of mental health: Toward a more comprehensive understanding of youth functioning. *American Journal of Orthopsychiatry*, 80(4), 463-472.

Baumrind, D. (1971). Current patterns of parental authority. *Developmental Psychology*, 4, 1-103.

Bridgeland, J., Bruce, M., & Hariharan, A. (2013). *The missing piece: A national teacher survey on how social and emotional learning can empower children and transform schools*. A Report for CASEL. Retrieved from <http://files.eric.ed.gov/fulltext/ED558068.pdf>.

Brigman, G., & Campbell, C. (2003). Helping students improve academic achievement and school success behavior. *Professional School Counseling*, 7, 91-98.

Brigman, G., Webb, L., & Campbell, C. (2007). Building skills for school success: Improving academic and social competence. *Professional School Counseling*, 10, 279-288.

Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of development*. Cambridge: Harvard university press.

- Brooks, J. E. (2006). Strengthening resilience in children and youths: Maximizing opportunities through the schools. *Children & Schools*, 28(2), 69-76.
- CASEL (2015). *Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning*. Safe and sound. An educational leader's guide to evidence-based social and emotional learning (SEL) programs. Chicago: Author.
- Christenson, S. L. (2004). The family-school partnership: An opportunity to promote the learning competence of all students. *School Psychology Review*, 33, 83-104.
- Dodge, K. A., Asher, S. R., & Parkhurst, J. T. (1989). **Social life as a goal coordination task**. Research on motivation in education. New York: Academic Press.
- Durlak, J. A., Weissberg, R., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school based universal interventions. *Child Development*, 82, 405-432.
- Elias, M. J., Zins, J. E., Weissberg, R. P., Frey, K. S., Greenberg, M. T., & Haynes, N. M. (1997). *Promoting social and emotional learning: Guidelines for educators*. Alexandria, VA: Association for Supervision and Curriculum Development.
- Erikson, E. (2005). *Identity: Youth and crisis*. The critical middle school reader. New York: Taylor & Francis.
- Epstein, M. H., Dakan, E. Oswald, D. P. & Yoe, J. T. (2001). *Using strengths-based data to evaluate children's mental health programs*. Toronto: Paul H. Brookes.
- Flener, R. D., & Lease, A. M. (1990). *Social competence and the language of adequacy matter for psychology*. Beverly Hills.
- Fundamental Reform Document of Education (FRDE) in the Islamic Republic of Iran (2011). Supreme Council of Education.
<http://www.nlai.ir/portals/0/files/pdf/common>.
- Glasser, W. (1969). *Schools without failure*. New York: Harper & Row.
- Greenberg, M. T., Weissberg, R. P., O'Brien, M. Zins, J. E., Fredericks, L., Resnik, H., & Elias, M. J. (2003). Enhancing school-based prevention and youth development through coordinated social, emotional, and academic learning. *American Psychologist*, 58(7-6), 466-474.
- Goodwin, C. J. (2010). *Research in psychology: Methods and design*. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.
- Hawkins, J. D. (2006). Science, social work, prevention: Finding the intersections. *Social Work Research*, 30(3), 137-152.
- Henderson, A. T., & Mapp, K. (2002). *A new wave of Evidence: The Impact of School, Family, and Community Connections on Student Achievement*. National Center for Family and Community Connections with Schools.
<https://eric.ed.gov/?id=ED536946>.

- Izard, C. E., Fine, S. E., Mostow, A. J., Trentacosta, C. J., & Campbell, J. (2002). Emotion processes in normal and abnormal development and preventative intervention. *Development and Psychopathology*, 14, 761-787.
- Jamali Paghale, Z., Jamali Paghale, S., Jadidi Feighan, M., & Nazary, M. (2014). The Effect of Life Skills Training on Social Adjustment and Academic Performance of Adolescent Female Students. *Knowledge & Research in Applied Psychology*, 15(4), 121-129 [In Persian].
- Karami, B., Karami, A. & Hashemi, N. (2013). Effectiveness of cognitive and metacognitive strategies training on creativity, achievement motive and academic self-concept. *Innovation & creativity human science*, 2(4), 121-139 [In Persian].
- Karimi, F., & Fekri, S. (2013). A study of life skills assessment among first grade high school students. *Journal of instruction and evaluation*, 6(22), 73-85 [In Persian].
- Kiamanesh, A. Seyf derakhshandeh, S. (2007). An investigation of the relationship between perceptions of family, school contexts and high school students' academic achievement. *Journal of psychology (Tabriz University)*, 2(6), 111-132 [In Persian].
- Kramer, T. J., Caldarella, P., Christensen, L., & Shatzer, R. H. (2010). Social and Emotional Learning in the Kindergarten Classroom: Evaluation of the Strong Start Curriculum. *Early Childhood Educe Journals*, 37, 303-307.
- Lane, K., Pierson, M., & Givner, C. (2004). Secondary teachers' views on social competence skills essential for success. *Journal of Special Education*, 38(3), 174-186.
- Larson, J. D. (1992). Anger and aggression management techniques through the Think First curriculum. *Journal of Offender Rehabilitation*, 18, 101-117.
- Marquez, P., Martín, R., & Bracket, M., (2006). Relating emotional intelligence to social competence and academic achievement in high school students. *Psicothema*, 18, 123-118.
- Maleki, B. (2005). The effect of cognitive and metacognitive strategies on improvement of different school subjects. *New findings in cognitive science*, 7(3), 42-49 [In Persian].
- Martens, B., Witt, J. (2004). Competence, persistence, and success: The positive psychology of behavioral skill instruction. *Psychology in the school*, 41, 19-30.
- Masten, A. S. & Coats worth, J. D. (1998). The development of competence in favorable and unfavorable environments: Lessons from the research on successful children. *American Psychologist*, 53, 205-220.
- McKown, C., Gumbiner, L. M., Russo, N. M., & Lipton, M (2010). Social Emotional Learning Skill, Self-Regulation, and Social Competence in Typically Developing and Clinic- Referred Children. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 38(6), 858-871.

- Moradi, Z. (2014). *Comparison of the effectiveness of emotional self-regulation and social problem solving training on social skills and academic adjustment of middle school girl students in Urmia, the academic year of 2013-14*. Master's thesis, Educational Psychology, Urmia University [In Persian].
- Najarian B., & Davodi I. (2001). Development and reliability of SCL-25; short form of SCL-90. *Journal of psychology*; 18, 136-49 [In Persian].
- Pakdaman Savoji A., Ganji, K., & Ahmazadeh, M. (2013). The Effect of Life Skills Training (LST) on Achievement Motivation and Academic Achievement of Students. *Social Welfare*, 12(47), 245-265 [In Persian].
- Payton, J. W., Ward law, D. M., Grassy, P. A., Blood worth, M. R., Tempest, C. J., & Weissberg, R. P. (2000). Social and emotional learning: A framework for promoting mental health and reducing risk behavior in children and youth. *Journal of School Health*, 70(5), 179-190.
- Perandin, S. (2006). *Building social competence questionnaire and its normalization among adolescents in Tehran*. Master's thesis, Tehran: Allameh Tabatabaei University [In Persian].
- Poulou, M. S. (2010). The role of Trait Emotional Intelligence and social and emotional skills in students' emotional and behavioral strengths and difficulties: a study of Greek adolescent's perceptions. *The International Journal of Emotional Education*, 2(2), 30-47.
- Prevatt, F., & Kelly, F. (2003). Dropping out of school: A review of intervention Programs. *Journal of School Psychology*, 41, 37-95.
- Rahmani, F., Seyed Fatemi, N., Baradaran Rezaei, M., & Sedaghat, K. (2006). Relationship between parenting style and autonomy among adolescents studying in Tabriz high schools. *The Quarterly Journal of Fundamentals of Mental Health*, 8(29), 11-16 [In Persian].
- Resnick, M., Bearman, P., & Blum, R. (1997). Protecting Adolescents from Harm: Findings from the National Longitudinal Study on Adolescent Health. *Journal of the American Medical Association*, 10. 823-832.
- Roeser, R. W., Eccles, J. S., & Samoroff, A. J. (2000). School as a context of early adolescents' academic and social emotional development: A summary of research findings. *The Elementary School Journal*, 100,433-471.
- Rubin, R. & Rose-Krasnor, L. (1992). *Interpersonal problem solving and social competence in children*. Handbook of Social Development. New York: Plenum.
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55, 5-14.
- Sadri, E. akbarzadeh, N. poushaneh, K. (2009). Impact of social emotional learning skills instruction on emotional intelligence of male high school students. *Psychological research*, 11(3), 69-83 [In Persian].
- Salehi najafabadi, R. (2014). *Developing an Educational Consultation Model and its Impact on the Academic success of First-year High School Students in Shahrekord*. Phd thesis. Faculty of Psychology and Educational Sciences, University of Isfahan.

- Steinberg, L., & Lerner, R. M. (2004). The scientific study of adolescence: A brief history. *The Journal of Early Adolescence*, 24, 45-54.
- Taylor, L., & Adelman, H. S. (2000). Connecting Schools, Families, and Communities. *Professional School Counselling*, 3(5), 298-307.
- Thorndike, E. L. (1920). Intelligence and its use. *Harper's Magazine*, 140, 227-235.
- Uba, I., Binti, H. S., Mofrad, S., Abdulla, R., & Nor Yaacob, S. (2012). Redefining social competence and its relationship with authoritarian parenting. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 4(6), 1876-1880.
- Wang, M., C., Haertel, G. D., & Walberg, H. J. (1994). *What Helps Students Learn? Spotlight on Student Success*. Washington, DC: Office of Educational Research and Improvement.
- Webster-Stratton, C. (2004). Strengthening social and emotional competence in young children-the foundation for early school readiness and success. *Infants and Young Children*, 17(2), 96-113.
- Weinstein, J. (2013). *The effect of the student success skills small group counselling intervention on factors associated with drop out potential in high school*. A dissertation Submitted to the Faculty of the College of Education in Partial Fulfilment of the requirements for the degree of doctor of Philosophy. Florida Atlantic University.
- Weiss, H. B., Bouffard, S. M., Bridglall, B. L., & Gordon, E. W. (2009). *Reframing family involvement in education: Supporting families to support educational equity*. New York: Columbia University Teachers College.
- Yasemi Nejad, P., Saif, A., & Gol Mohammadian, M. (2011). The effect of life skills training on procrastination and school achievement of girl students. *Clinical Psychology & Personality*, 2(5), 25-36 [In Persian].
- Zins, J. E., Weissberg, R. P., Wang, M. L., & Walberg, H. J. (2004). *Building school success through social and emotional learning: Implications for practice and research*. New York: Teachers College Press.
- Zins, J. E., Blood worth, M. R., Weisberg, R. P., & Wahlberg, H. J. (2007). The scientific base linking social and emotional learning to school success. *Journal of Educational and Psychological Consultation*, 17(3), 191-210.

