

اثر بخشی آموزش مهارت های اجتماعی بر عزت نفس دانش آموزان دختر پایه دوم دبیرستان شهر باغملک

ایمان نظری^{۱*}

محمد حسین پور^۲

میرصلاح الدین عنایتی^۳

چکیده

این پژوهش از نوع پژوهش های نیمه تجربی است که با هدف بررسی اثربخشی آموزش مهارت های اجتماعی بر عزت نفس دانش آموزان دختر پایه دوم متوسطه شهر باغملک پرداخته است. نمونه شامل ۴۲ نفر از این دانش آموزان بود که به روش نمونه گیری تصادفی چند مرحله ای انتخاب شده و در دو گروه آزمایش و کنترل گمارده شدند. ابزارهای مورد استفاده در این پژوهش پرسشنامه عزت نفس کوپر اسمیت و راهنمای آموزش مهارت های اجتماعی بود، طرح پژوهش از نوع پیش آزمون- پس آزمون با گروه گواه است. برای تحلیل داده ها علاوه بر شاخص های آمار توصیفی، روش تحلیل واریانس و کوواریانس چند متغیری (مانوا) استفاده شد. نتایج به دست آمده نشان دادند که آموزش مهارت های اجتماعی باعث افزایش عزت نفس عمومی و عزت نفس تحصیلی دانش آموزان گروه آزمایش شد، اما این اثر بخشی در مورد عزت نفس اجتماعی و خانوادگی تأیید نشد.

واژه های کلیدی: مهارت های اجتماعی، عزت نفس عمومی - تحصیلی، اجتماعی، خانوادگی

۱- کارشناس ارشد مشاوره

۲- عضو هیأت علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات اهواز.

۳- عضو هیأت علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات اهواز.

مقدمه

سال‌های نوجوانی مرحله مهم و برجسته رشد و تکامل اجتماعی و روانی فرد به شمار می‌رود. در این دوره نیاز به تعادل هیجانی و عاطفی به خصوص تعادل بین عواطف و عقل، درک ارزش وجودی خویش، خودآگاهی با انتخاب هدف‌های واقعی در زندگی، استقلال عاطفی از خانواده، حفظ تعادل روانی و عاطفی خویش در مقابل عوامل فشارزای زندگی و محیطی و برقراری روابط سالم با دیگران، کسب مهارت‌های اجتماعی لازم در دوست‌یابی، شناخت زندگی سالم و مؤثر و چگونگی برخورداری از آن مهم‌ترین نیازهای نوجوان می‌باشد. بنابراین، کمک به نوجوانان در رشد و گسترش مهارت‌های اجتماعی مور نیاز برای زندگی مؤثر، ایجاد یا افزایش اعتماد به نفس در برخورد با مشکلات و حل آن و هم‌چنین کمک به آن‌ها در رشد و تکامل عواطف و مهارت‌های اجتماعی لازم جهت سازگاری موفق با محیط اجتماعی و زندگی مؤثر و سازنده در جامعه ضروری به نظر می‌رسند (شعاری نژاد، ۱۳۷۴).

به سبب بروز مسائل خاص، این دوره، با نوعی سردرگمی همراه با کاهش عزت نفس، خودکم‌بینی و خوددینداره منفی همراه با احساس خشم و پرخاشگری همراه است که سبب کاهش فعالیت‌های طبیعی و تعاملات اجتماعی می‌شود. به وسیله آموزش مهارت‌های اجتماعی به نوجوان می‌توان وی را برای ادامه یک زندگی مطلوب یاری نمود. بنابراین توجه به نقاط مثبت، تقویت اعتماد به نفس و احساس خودباوری و خودارزشمندی از مهم‌ترین کارهایی است که بزرگان دین و علمای تعلیم و تربیت به آن توجه خاصی داشته‌اند.

تکریم شخصیت چیزی است که نوجوانان سخت‌بدان نیاز دارند. از این رو ترغیب و تشویق نوجوان، ایجاد الگوهای رفتاری موفق، تقویت مهارت‌های اجتماعی وی، اجتناب از هرگونه رفتار تنبیهی و تحقیرآمیز و یاددهی شیوه‌های صحیح غلبه بر نامایمات زندگی از مهم‌ترین اقداماتی است که می‌توان در مسیر کمک به نوجوانان انجام داد (افروز، ۱۳۷۱).

مهارت‌های اجتماعی به افراد اجازه می‌دهد علائق‌شان را دنبال کنند، در فرصت‌های زندگی پیشرفت کنند و با پاداشی که زندگی به آن‌ها می‌دهد عاطفی‌تر زیست کنند و خیلی وقت‌ها موفقیت در زندگی یک نفر به تدریج مهارت‌های ارتباطی مؤثری را شکل می‌دهد و منجر به شایستگی اجتماعی و شادمانی می‌شود. والدین، معلمان، دوستان و قهرمانان نقش مهمی در الگوسازی داشته و افراد را برای کسب مهارت‌های بیانی از طریق تصویرسازی و همانندسازی تواناتر می‌سازد. رفتار بین‌فردی ماهرانه طبیعتاً نتایج پاداش‌دهنده دارد، مواردی چون شروع و تعمیق دوستی، کاهش استرس‌های زندگی، کسب نیازهای مادی و رسیدن به خودکفایی است. (فرگاس، ۱۹۸۷، ترجمه بیگی و فیروز بخت، ۱۳۷۴).

عزت نفس عبارت است از آن‌چه فرد درباره خویش احساس می‌کند و شامل میزان برخورداری فرد از احترام به خود و پذیرش خود می‌شود. فرد با عزت نفس بالا مستقل عمل می‌کند و به پیشرفت‌هایش افتخار می‌کند. مسئولیت‌پذیر است، به چالش‌های جدید مشتاقانه روی می‌آورد و ناکامی‌ها را به خوبی تحمل می‌کند (کلمز، ۱۹۹۶، ترجمه علی پور، ۱۳۸۰).

نوجوانان و جوانان برای آنکه بتوانند خودشان را با اجتماعی که در آن زندگی می‌کنند، هر چه بیشتر سازگار کنند، باید مهارت‌های اجتماعی گوناگون را بیاموزند از این رو ضرورت دارد که با استفاده از آموزش مهارت‌های اجتماعی، اثربخشی آن بر روی افزایش عزت نفس مورد بررسی قرار گیرد.

تحقیقات انجام شده داخل و خارج

در تحقیقی تحت عنوان تاثیر آموزش مهارت های زندگی بر عزت نفس، خود پنداره و سلامت روان که توسط عبدالله پور (۱۳۸۵) انجام شد، نتایج نشان داد که بین دو گروه آزمایش و گواه از لحاظ افزایش عزت نفس و کاهش پرخاشگری، کاهش ترس مرضی و کاهش افکار پارانوئید تفاوت معنی داری وجود ندارد. اما از نظر کاهش خود پنداره منفی و کاهش (شکایت جسمانی، وسواس-اجباری، افسردگی، حساسیت در روابط بین فردی، اضطراب و روان پریشی) تفاوت معنی داری وجود دارد. به عبارت دیگر، آموزش مهارت های زندگی موجب افزایش عزت نفس و کاهش پرخاشگری، ترس مرضی، افکار پارانوئید نشده است. اما موجب کاهش خود پنداره منفی و کاهش اختلال در سلامت روان (شکایت جسمانی، وسواس-اجباری، افسردگی، حساسیت در روابط بین فردی و روان پریشی) گردیده است.

ابراهیمی قوام (۱۳۷۹)، در تحقیق خود تحت عنوان همبستگی بین دریافت انواع حمایت های اجتماعی و رشد اجتماعی با تأکید بر آموزش مهارت های اجتماعی که در سال ۱۳۷۹ بر روی کودکان انجام داد به این نتیجه رسید که آموزش مهارت های اجتماعی به کودکان از قبیل همکاری، توانایی حل مسأله، ارزیابی خود، نظارت بر خود، همدلی، ادراک اجتماعی می تواند باعث بالا رفتن رشد و دریافت انواع حمایت های اجتماعی در کودکان شود.

(هامبورگ، ۱۹۹۵، و کینز، ۱۹۸۷، به نقل از فروتن خلیل، ۱۳۸۰)، در تحقیق خود اشاره کرد برنامه های آموزش مهارت های اجتماعی که زیر مجموعه ای از آموزش مهارت های زندگی هستند در موارد زیر تأثیر دارد.

۱- رفتارهای اجتماعی مثبت در مدارس (تعامل اجتماعی مثبت بین همسالان، ۲- افزایش حمایت همسالان، ۳- افزایش توانایی حل مسأله، ۴- خود خواهی ۵- کاهش خشم، اضطراب، افسردگی، کم رویی، رفتار بزهکارانه، ۶- مقابله با بحران ۷- رویارویی اجتماعی ۸- افزایش جرأت و رزی ۹- خود پنداره مثبت ۱۰- مهارت های کلامی و غیر کلامی اجتماعی مثبت و مناسب -هارتر^۱ (۱۹۸۶)، معتقد است که بین پایین بودن دائمی عزت نفس با کاهش پیشرفت تحصیلی، افسردگی، اختلالات خوردن و بزهکاری رابطه وجود دارد.

در تحقیق آلن^۲ (۲۰۰۶) در سوئد مشاهده گردید عزت نفس بالا به صورت مستقیم و معنی داری با میزان خلاقیت و نوآوری دانش آموزان رشته هنر هنرستان های شهر استکهلم مرتبط می باشد. در این تحقیق مشاهده شده است که دانش آموزان دختر دارای عزت نفس بالاتری بوده اند هم چنین در این تحقیق اعلام شده است استفاده از آموزش های فرهنگی و آموزشی دراز مدت می تواند سبب افزایش عزت نفس دانش آموزان شود و این ارتباط در برنامه ریزی آموزشی - اجتماعی آموزش و پرورش کشور سوئد مطرح شده است.

در این پژوهش هدف کلی بررسی اثربخشی آموزش مهارت های اجتماعی را بر عزت نفس و هدف جزئی تر بررسی اثربخشی آموزش مهارت های اجتماعی بر عزت نفس عمومی - اجتماعی، خانوادگی

1. Harter

2. Allen

و تحصیلی می باشد.

روش پژوهش

جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانش آموزان دختر پایه دوم دبیرستانی شهرستان باغملک که در سال تحصیلی ۱۳۸۶-۸۷ به تحصیل اشتغال داشتند. کل جامعه مورد بررسی ۸۵۰ نفر دانش آموز شاغل به تحصیل در ۱۲ آموزشگاه دولتی بود.

نمونه پژوهش شامل ۴۲ دانش آموز که عزت نفس پایین در سال تحصیلی ۸۷-۸۶ داشتند بود. روش نمونه گیری تصادفی چند مرحله ای است، به این صورت که از بین ۱۲ آموزشگاه شهر باغملک ۳ مدرسه به طور تصادفی انتخاب شد که تعداد دانش آموزان این مدارس ۲۰۰ نفر بود. براساس جدول کروچسی و مورگان (۱۹۷۰) زمانی که جامعه ۲۰۰ نفر باشد تعداد نمونه لازم برای تحقیق ۱۳۲ نفر است. بنابراین، با توجه به افت آزمودنی ها از تعداد ۱۷۸ دانش آموز به طور تصادفی، آزمون عزت نفس به عمل آمد تعداد ۴۲ نفر عزت نفس پایینی داشتند. سپس، به صورت تصادفی به دو گروه آزمایشی و گواه که هر گروه شامل ۲۱ نفر بودند گمارده شدند.

نمونه این تحقیق مشتمل بر ۴۲ نفر از جامعه مذکور می باشد که برای انتخاب آن ها از روش نمونه گیری تصادفی ساده استفاده گردید. برخی از ویژگی های اعضای نمونه در جداول ۱-۳ تا ۳-۳ ارائه شده است.

جدول ۱-۳: توزیع آزمودنی ها بر حسب سن

سن (سال)	آزمایش		کنترل		کل
	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	
۱۶	۶	۲۸/۶	۵	۲۳/۸	۱۱
۱۷	۱۲	۵۷/۲	۹	۴۲/۹	۲۱
۱۸	۱	۴/۸	۵	۲۳/۸	۶
۱۹	۲	۹/۵	۲	۹/۵	۴
کل	۲۱	۱۰۰/۰	۲۱	۱۰۰/۰	۴۲

همان طور که در جدول ۱-۳ ملاحظه می شود، در گروه آزمایش، آزمودنی های ۱۷ سال بیشترین فراوانی را با حدود ۵۷/۲ درصد و آزمودنی های ۱۸ سال کمترین فراوانی را با حدود ۴/۸ درصد نمونه به خود اختصاص داده و در گروه گواه، آزمودنی های ۱۷ سال بیشترین فراوانی را با حدود ۴۲/۹ درصد و آزمودنی های ۱۹ سال کمترین فراوانی را با حدود ۹/۵ درصد نمونه به خود اختصاص داده اند.

جدول ۲-۳: توزیع آزمودنی ها بر حسب سطح تحصیلات پدر

سطح تحصیلات	گروه					
	آزمایش		کنترل		کل	
	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد
ابتدایی	۱۱	۵۲/۴	۱۱	۵۲/۴	۲۲	۵۲/۴
راهنمایی	۵	۲۳/۸	۳	۱۴/۳	۸	۱۹/۰
متوسطه	۴	۱۹/۰	۵	۲۳/۸	۹	۲۱/۴
فوق دیپلم	۱	۴/۸	۰	۰	۱	۲/۴
لیسانس	۰	۰	۲	۹/۵	۲	۴/۸
کل	۲۱	۱۰۰	۲۱	۱۰۰	۴۲	۱۰۰

همان طور که در جدول ۲-۳ نشان داده شده است، در گروه آزمایش، آزمودنی های دارای پدر با تحصیلات ابتدایی بیشترین فراوانی را با حدود ۵۲/۴ درصد و آزمودنی های دارای پدر با تحصیلات فوق دیپلم کمترین فراوانی را با حدود ۴/۸ درصد نمونه به خود اختصاص داده و در گروه گواه نیز، آزمودنی های دارای پدر با تحصیلات ابتدایی بیشترین فراوانی را با حدود ۵۲/۴ درصد و آزمودنی های دارای پدر با تحصیلات لیسانس کمترین فراوانی را با حدود ۹/۵ درصد نمونه به خود اختصاص داده اند.

جدول ۳-۳: توزیع آزمودنی ها بر حسب ترتیب تولد

ترتیب تولد	گروه					
	آزمایش		کنترل		کل	
	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد
اول	۲	۹/۵	۳	۱۴/۳	۵	۱۱/۹
میانی	۱۴	۶۶/۷	۱۵	۷۱/۴	۲۹	۶۹/۰
آخر	۵	۲۳/۸	۳	۱۴/۳	۸	۱۹/۰
کل	۲۱	۱۰۰	۲۱	۱۰۰	۴۲	۱۰۰

همان طور که در جدول ۳-۳ ملاحظه می شود، در گروه آزمایش، آزمودنی های با ترتیب تولد میانی بیشترین فراوانی را با حدود ۶۶/۷ درصد و آزمودنی های با ترتیب تولد اول کمترین فراوانی را با حدود ۹/۵ درصد نمونه به خود اختصاص داده و در گروه گواه نیز، آزمودنی های با ترتیب تولد میانی بیشترین فراوانی را با حدود ۷۱/۴ درصد و آزمودنی های با ترتیب تولد اول و آخر هر کدام کمترین فراوانی را با حدود ۱۴/۳ درصد نمونه به خود اختصاص داده اند.

- ابزار اندازه گیری:

در این پژوهش به منظور اندازه گیری متغیرهای مورد نظر از ابزار زیر استفاده شده است:

پرسشنامه عزت نفس

پرسشنامه عزت نفس کوپر اسمیت:

کوپر اسمیت^۱ (۱۹۶۷) مقیاس عزت نفس خود را براساس تجربه نظری که بر روی مقیاس راجرز دیموند^۲ (۱۹۵۴) انجام داد تهیه و تدوین نمود. این مقیاس دارای ۵۸ ماده است که ۸ ماه آن دروغ سنج است. در مجموع ۵۰ ماده آن به ۴ مقیاس عزت نفس خود، عزت نفس اجتماعی، همسالان، عزت نفس خانواده و عزت نفس مدرسه تقسیم شد. این مقیاس علاوه بر ۴ خرده مقیاس، یک نمره کلی دست می دهد.

شیوه نمره گذاری آزمون به صورت یک و صفر است در ماده های شماره ۵۷، ۴۷، ۴۵، ۳۶، ۳۲، ۳۰، ۲۹، ۲۸، ۲۴، ۲۳، ۲۱، ۱۹، ۱۸، ۱۴، ۱۱، ۱۰، ۵، ۴، ۲ پاسخ بلی یک نمره و خیر صفر می گیرد. بدیهی است که حداقل نمره ای که یک فرد ممکن است بگیرد صفر و حداکثر ۵۰ خواهد بود. چنانچه آزمودنی از ۸ ماده دروغ سنج بیش از چهار نمره بیاورد به آن معنی است که اعتبار آزمون پایین است و آزمودنی سعی کرده است خود را بهتر از آن چیزی که هست جلوه بدهد از ۵ ماده آزمون ها ۶ ماده مربوط به خرده مقیاس همسالان، ۳۰ ماده مربوط به عزت نفس خود، ۸ ماده مربوط به عزت نفس خانواده و ۷ ماده به عزت نفس تحصیلی است.

در پژوهش وجدانی لادن سال (۱۳۸۱) مقیاس عزت نفس خود شامل سوالهای ۵۸، ۵۷، ۵۳، ۵۱، ۵۲، ۴۵، ۴۴، ۴۳، ۱۶، ۱۵، ۱۰، ۹، ۸، ۴، ۳، ۲، ۱ آزمون می باشد بکار رفته است.

جهت بررسی آزمون عزت نفس کوپر اسمیت از دو روش آلفای کرونباخ و تنصیف استفاده شده است. در روش تنصیف دو نیمه کردن پس از تقسیم سوالهای پرسشنامه به دو دسته (نیمه اول و نیمه دوم) ضریب همبستگی بین دو نیمه محاسبه گردید. برای محاسبه ضریب همسانی درونی کل آزمون و مقیاس های فرعی آن از طریق روش تنصیف ضریب همبستگی بدست آمده و فرمول اسپرمن - براون قرار داده شد.

روش دوم آلفای کرونباخ براساس محاسبه واریانس ها می باشد در این روش از واریانس تک تک سوالات و هم چنین واریانس نمره های افراد در کل پرسشنامه با مقیاس فرعی استفاده می گردد. در ضرایب پایایی پرسشنامه عزت نفس کوپر اسمیت در پژوهش لادن وجدانی به روش آلفای کرونباخ ۶۷ درصد و به روش تنصیف ۲۶ درصد بود.

روایی:

تحقیقات متعدد ضریب آزمون کوپر اسمیت را تأیید کرده اند. در مطالعه شکرکن و نیسی (۱۳۷۳) که بر روی دانش آموزان سال اول تا سوم دبیرستان های نجف آباد انجام گردید. ضرایب اعتبار از طریق روش همبسته کردن نمره های آزمون با معدل سال آخر آنان محاسبه گردید. ضرایب بدست آمده برای پسران ۰/۶۹ و برای دختران ۰/۷۱ بودند که در سطح ۰/۰۰۱ معنی دار بوده است.

پایایی:

در تحقیق شکرکن و نیسی (۱۳۷۳) ضرایب پایایی آزمون به روش باز آزمایی برای دانش آموزان پسر و دختر به ترتیب ۹۰ و ۹۲ گزارش شده است.

در تحقیق پور فرجی (۱۳۸۰) ضرایب پایایی مقیاس کوپر اسمیت با روش آلفای کرونباخ برابر ۵۲، بود که از لحاظ روان سنجی ضریبی قابل قبول است.

1. Cooper smith
2. Reger & Dymond

در تحقیق محمدی بهمین (۱۳۸۶) پایایی پرسشنامه ابراز وجود با دو روش آلفای کرونباخ و تصنیف محاسبه گردید که به ترتیب برابر با ۸۴ درصد و ۷۵ درصد که حاکی از ضرایب مورد قبول پرسشنامه یاد شده می‌باشد. که برای پرسشنامه به ترتیب برابر با ۷۱ درصد و ۷۲ درصد که بیانگر ضرایب پایایی قابل قبولی می‌باشد.

در تحقیق حاضر، ضرایب پایایی پرسشنامه عزت نفس نیز با استفاده از روش آلفای کرونباخ و تصنیف محاسبه گردید که برای عزت نفس و عزت نفس عمومی اجتماعی، خانوادگی و تحصیلی به ترتیب از روش آلفای کرونباخ ۰/۶۲ و ۰/۴۲، ۰/۶۴، ۰/۴۸ و ۰/۷۶ می‌باشد و از روش تصنیف به ترتیب ۰/۶۶ و ۰/۵۵، ۰/۶۱، ۰/۴۳ و ۰/۷۲ می‌باشد، مشاهده می‌شود ضرایب پایایی پرسشنامه عزت نفس بین ۰/۴۲ تا ۰/۷۶ نوسان دارد. که بیانگر ضرایب قابل قبول پرسشنامه یاد شده می‌باشد.

طرح تحقیق

این پژوهش از نوع پژوهش‌های نیمه تجربی با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه گواه است. گروه‌های آزمایش و گواه به روش تصادفی معادل شدند و قبل از اعمال مداخله‌های تجربی در مورد گروه‌های آزمایش، پیش‌آزمونی در باره آن‌ها اجرا شد و پس از آزمون نیز در پایان مداخله اجرا گردید. تفاوت بین پیش‌آزمون و پس‌آزمون هر گروه از نظر معنی دار بودن آماري مورد بررسی قرار گرفت. بدین صورت آموزش مهارت‌های اجتماعی به عنوان متغیر مستقل اعمال گردید تا تأثیر آن بر کاهش اضطراب و افزایش عزت نفس دانش‌آموزان دختر پایه دوم دبیرستانی شهرستان باغملک به عنوان متغیر وابسته مشخص گردد.

شیوه مداخله

آزمودنی‌های گروه آزمایش به مدت ۱۰ جلسه ۱/۵ ساعت دویار در هفته از روش یادگیری مشارکتی و فونونی چون سخنرانی، بحث و گفتگو، پرسش و پاسخ در معرض آموزش قرار گرفتند و پس از آن هر دو گروه آزمایش و گواه در معرض اجرای پس‌آزمون قرار گرفتند. مهارت‌های اجتماعی ۱۰ مهارت را در بر می‌گرفت که از راهنمای آموزش مهارت‌های اجتماعی به کودکان و نوجوانان (نویسنده کار تلج و میلبرن، ۱۹۷۸، ترجمه نظری نژاد، ۱۳۸۵) و از کتاب مهارت‌های اجتماعی در ارتباطات میان فردی (نویسنده ساندرز و دیکسون، ۱۹۹۴) اقتباس شده بود این ۱۰ مهارت عبارتند از:

- ۱- مهارت ابراز وجود
- ۲- مهارت همدلی
- ۳- مهارت حل مسأله
- ۴- مهارت گوش دادن
- ۵- مهارت افشاء خود
- ۶- مهارت پاداش و تقویت
- ۷- مهارت توضیح دادن
- ۸- مهارت ارتباط میان فردی
- ۹- مهارت آماده سازی و خاتمه دادن
- ۱۰- مهارت پرسش

فعالیت‌هایی که در هر جلسه آموزش انجام شد به این صورت بود که: در هر جلسه ابتدا جهت آشنایی بیشتر با اسامی دانش‌آموزان و مشخص کردن دانش‌آموزانی که در کلاس حضور داشتند، حضور و غیاب صورت می‌گرفت و بعد از آن تکالیفی که در جلسه قبل به دانش‌آموزان داده شده بود بررسی می‌شد و اشکالاتی را که داشتند بررسی و اقدامات لازم جهت رفع آن‌ها به عمل می‌آمد و بعد از آن از درس جلسه قبل سؤالاتی از دانش‌آموزان پرسیده می‌شد و بعد از این که مشخص می‌شد دانش‌آموزان درس جلسه قبل را به خوبی آموخته‌اند مطلب جدید تدریس می‌شد تا دانش‌آموزان سریعتر بتوانند خود

را با مطلب هماهنگ کنند. مرحله بعد ارزیابی پیش‌دانسته‌های دانش‌آموزان بود که برای این کار یک سری سوالات شفاهی از دانش‌آموزان پرسیده می‌شد تا میزان آشنایی دانش‌آموزان با مطلب جدید مشخص شود. بعد از ارزیابی پیش‌دانسته‌ها درس جدید ارائه می‌شد. ابتدا توضیحات کامل در مورد مطلب جدید به دانش‌آموزان داده می‌شد و نکته‌های مهم روی تابلو یادداشت می‌شد و از دانش‌آموزان خواسته می‌شد که نکات مهم را یادداشت کنند و در منزل مطالعه کنند. سئوالات در هر جلسه به صورت شفاهی در مورد مطلب جدید به منظور بالا بردن توانایی دانش‌آموزان برای شرکت در بحث و صحبت در مقابل جمع از دانش‌آموزان پرسیده می‌شد و آخرین اقدام در هر جلسه تعیین تکلیف و تمرین برای جلسه بعد بود که در ابتدای جلسه مورد بررسی قرار می‌گرفت.

شرح جلسات

جلسه اول: مهارت ابراز وجود به دانش‌آموزان آموزش داده شده از جمله مطالبی که به دانش‌آموزان در این جلسه آموزش داده شد عبارت بود از: تعریف ابراز وجود، بررسی تفاوت بین سبک‌های پاسخ‌دهی یعنی ابراز وجود، عدم ابراز وجود و پرخاشگری، کارکردهای ابراز وجود، انواع ابراز وجود، مؤلفه‌های ابراز وجود، چگونگی شناسایی موقعیت‌های مناسب برای ابراز وجود، مراحل ابراز وجود و غیره. علاوه بر آموزش این مطالب یک سری تمریناتی نیز در زمینه چگونگی ابراز وجود برای گروه‌ها در نظر گرفته شد از هر کدام از گروه‌ها خواسته شد این تمرینات را بصورت گروهی انجام دهند از گروه‌ها خواسته می‌شد تا چگونگی ابراز وجود در مقابل افراد مختلف و در موقعیت‌های مختلف را تمرین کنند.

جلسه دوم: مهارت همدلی آموزش داده شد و در زمینه تعریف همدلی، این که چگونه می‌توانیم در موقعیت‌های مختلف با دیگران همدلی کنیم، در مورد ابعاد همدلی و مشکلاتی که کمبود این مهارت می‌تواند به همراه داشته باشد و در زمینه‌های مختلف دیگر اطلاعاتی به دانش‌آموزان داده شد.

جلسه سوم: مهارت توضیح دادن ارائه شد و در زمینه تعریف این مهارت، کارکردهای آن، نکاتی که باید در توضیح دادن رعایت کرد، انواع توضیح، تکنیک‌های توضیح دادن و تفهیم مسائل به دیگران، نقشی که توضیح دادن می‌تواند در فاش ساختن احساسات و انگیزه‌های افراد داشته باشد توضیحات لازم به دانش‌آموزان داده شد.

جلسه چهارم: مهارت گوش دادن، نقشی که این مهارت می‌تواند در برقراری ارتباط با دیگران داشته باشد، کارکردهای گوش دادن، انواع گوش دادن، جنبه‌های مختلف گوش دادن، موانعی که می‌تواند گوش دادن را دچار اختلال کند و غیره آموزش داده شد.

جلسه پنجم: مهارت حل مسئله آموزش داده شد از جمله مبحث‌های مهمی که در این جلسه آموزش داده شد مراحل مسئله‌گشایی بود یعنی مراحل ادراک خویشتن، مشخص کردن مشکل، فهرست کردن راه‌حل‌های مختلف، تصمیم‌گیری و امتحان کردن که در زمینه هر کدام از این مراحل توضیحات داده شد.

جلسه ششم: مهارت آماده‌سازی و خاتمه دادن به دانش‌آموزان آموزش داده شد و به دانش‌آموزان در زمینه ویژگی‌های این مهارت، انواع این مهارت و کارکردهای آماده‌سازی و خاتمه دادن اطلاعاتی دقیقی داده شد.

جلسه هفتم: مهارت پاداش و تقویت آموزش داده شد در این جلسه در مورد انواع تقویت‌های کلامی و غیرکلامی مثل لبخند، تکان دادن سر، تماس چشمی، چگونگی استفاده از تقویت‌های مختلف، آثار

استفاده از مهارت تقویت بر رفتار خود و دیگران، کارکردهای استفاده از مهارت تقویت در زندگی روزمره و غیره به دانش آموزان آموزش داده شد.

جلسه هشتم: مهارت افشای خود آموزش داده شد و به دانش آموزان در این زمینه ماهیت افشای خود، ویژگی های این مهارت، اجزای مهارت افشای خود، کارکردهای افشای خود، عوامل مؤثر بر خودافشایی، تأثیری که خود افشایی می تواند در زندگی داشته باشد، عواملی که در خود افشایی باید به آنها توجه کرد و غیره اطلاعات دقیقی داده شد.

جلسه نهم: مهارت پرسش به دانش آموزان آموزش داده شد و اطلاعاتی در زمینه انواع پرسش، کارکردهای پرسش، نقشی که پرسش می تواند در برقراری ارتباط مؤثر با دیگران داشته باشد و همچنین در این زمینه که در موقعیت های مختلف باید از چه پرسش هایی استفاده کرد به دانش آموزان داده شد. جلسه دهم: آموزش در زمینه مهارت ارتباط میان فردی بود در این جلسه در مورد ویژگیهای ارتباط میان فردی، مؤلفه های فرایند ارتباط و کارکردهای ارتباط توضیحات لازم داده شد.

روش تحلیل داده ها

به منظور تجزیه و تحلیل داده ها در این تحقیق از روشهای آماری زیر استفاده شده است: آمار توصیفی در برگیرنده اطلاعاتی در خصوص تعداد آزمودنی ها و سئوالات پرسشنامه از لحاظ فراوانی و درصد، میانگین و انحراف استاندارد می باشد.

آمار استنباطی در برگیرنده اطلاعاتی در خصوص آن دسته از شاخص های آماری است که ما را قادر می سازد تا با استفاده از داده های دانسته به اطلاعات نا شناخته برسیم. اجرای این اعمال مستلزم برآورد پارامترهای جامعه از طریق نمونه است. در این پژوهش با توجه به تفاوت ماهیت فرضیه اول با فرضیه های بعدی از روش های متفاوت آزمون t گروه های مستقل، تحلیل واریانس و کواریانس چندمتغیری (مانوا) و تحلیل کواریانس یک راهه برای رد یا پذیرش فرضیه ها استفاده شده است.

در ضمن از روش های آلفای کرونباخ و تنصیف جهت محاسبه ضرایب پایایی استفاده شده است. جهت تجزیه و تحلیل داده های جمع آوری شده از نرم افزار کامپیوتری «SPSS» نسخه شانزدهم استفاده شده است. ضمناً برای کلیه فرضیه ها سطح معنی داری $\alpha=0/05$ در نظر گرفته شده است.

یافته های پژوهش

یافته های پژوهش در سه قسمت زیر ارائه می شوند.

الف) یافته های توصیفی

ب) یافته های مربوط به فرضیه های پژوهش

ج) یافته های جانبی

الف) یافته های توصیفی:

یافته های توصیفی این پژوهش شامل شاخص های آماری مانند میانگین، انحراف معیار برای کلیه متغیرهای مورد مطالعه در این پژوهش در جداول زیر ارائه شده است.

جدول ۱-۴: میانگین \pm انحراف معیار نمره عزت نفس گروه های آزمایش و کنترل در مراحل پیش آزمون و پس آزمون

گروه	پیش آزمون $\bar{x} \pm s$					پس آزمون $\bar{x} \pm s$				
	کلی	عمومی	اجتماعی	خانوادگی	تحصیلی	کلی	عمومی	اجتماعی	خانوادگی	تحصیلی
آزمایش	۲۹/۶۷ \pm ۷/۴۶	۱۷/۵۷ \pm ۴/۲۷	۴/۰۵ \pm ۱/۷۷	۴/۴۸ \pm ۲/۰۱	۳/۵۷ \pm ۱/۵۳	۳۴/۰۵ \pm ۶/۱۷	۱۹/۸۱ \pm ۴/۲۶	۴/۱۰ \pm ۱/۲۶	۵/۰۵ \pm ۱/۸۵	۵/۱۰ \pm ۱/۰۴
کنترل	۳۲/۲۴ \pm ۶/۵۴	۱۸/۳۸ \pm ۲/۳۶	۴/۶۲ \pm ۱/۳۹	۵/۰۰ \pm ۱/۹۷	۴/۲۴ \pm ۱/۵۴	۳۲/۰۰ \pm ۶/۵۷	۱۸/۱۰ \pm ۳/۹۳	۴/۴۳ \pm ۱/۴۶	۵/۶۲ \pm ۱/۸۳	۳/۸۶ \pm ۱/۴۵

میانگین عزت نفس گروه آزمایش از ۲۹/۶۷ در پیش آزمون به ۳۴/۰۵ در پس آزمون رسیده است. میانگین عزت نفس عمومی گروه آزمایش از ۱۷/۵۷ در پیش آزمون به ۱۹/۸۱ در پس آزمون رسیده است. میانگین عزت نفس اجتماعی گروه آزمایش از ۴/۰۵ در پیش آزمون به ۴/۱۰ در پس آزمون رسیده است. میانگین عزت نفس خانوادگی گروه آزمایش از ۴/۴۸ در پیش آزمون به ۵/۰۵ در پس آزمون رسیده است. میانگین عزت نفس تحصیلی گروه آزمایش از ۳/۵۷ در پیش آزمون به ۵/۱۰ در پس آزمون رسیده است.

ب) یافته های مربوط به فرضیه های پژوهش:

این پژوهش شامل فرضیه های زیر است که هر فرضیه همراه با نتایج به دست آمده از تجزیه و تحلیل آن در این بخش ارائه می گردد.

فرضیه ۱: آموزش مهارت های اجتماعی موجب افزایش عزت نفس دانش آموزان دختر گروه آزمایش در مقایسه با گروه گواه می شود.

جدول ۲-۴: نتایج آزمون t مستقل برای مقایسه تفاضل (پیش آزمون - پس آزمون) میانگین نمره عزت نفس دانش آموزان دختر گروه های آزمایش و گواه

متغیر	گروه	میانگین	انحراف معیار	درجه آزادی	t	سطح معنی داری P
عزت نفس	آزمایش	-۴/۳۸	۷/۱۱	۴۰	-۲/۵۹	۰/۰۱۳
	گواه	۰/۲۴	۳/۹۷			

همان طور که در جدول ۲-۴ ملاحظه می شود، بین تفاضل (پیش آزمون - پس آزمون) میانگین دانش آموزان گروه آزمایش و گروه گواه از لحاظ عزت نفس تفاوت معنی داری وجود دارد (۰/۰۱۳ = p و t = -۲/۵۹). به عبارت دیگر، آموزش مهارت های اجتماعی با توجه به تفاضل میانگین عزت نفس (-۴/۳۸) دانش آموزان گروه آزمایش نسبت به تفاضل میانگین (۰/۲۴) دانش آموزان گروه گواه، موجب افزایش عزت نفس گروه آزمایش شده است. بنابراین فرضیه اول تأیید می گردد. لازم به توضیح است که پایین بودن نمره تفاضل در گروه آزمایش نسبت به گروه گواه با توجه به نحوه نمره گذاری مقیاس عزت نفس بیانگر افزایش متغیر یاد شده می باشد.

فرضیه ۱-۱: آموزش مهارت های اجتماعی موجب افزایش عزت نفس عمومی گروه آزمایش در مقایسه با گروه گواه می شود.

فرضیه ۱-۲: آموزش مهارت های اجتماعی موجب افزایش عزت نفس اجتماعی گروه آزمایش در مقایسه با گروه گواه می شود.

فرضیه ۱-۳: آموزش مهارت های اجتماعی موجب افزایش عزت نفس خانوادگی گروه آزمایش در مقایسه با گروه گواه می شود.

فرضیه ۱-۴: آموزش مهارت های اجتماعی موجب افزایش عزت نفس تحصیلی گروه آزمایش در مقایسه با گروه گواه می شود.

جدول ۳-۴: نتایج تحلیل واریانس چند متغیری (مانوا) روی نمرات تفاضل (پیش آزمون - پس آزمون) مؤلفه های عزت نفس گروه های آزمایش و گواه

نام آزمون	مقدار	DF فرضیه	DF خطا	F	سطح معنی داری
آزمون اثر پیلایی	۰/۲۹۲	۴	۳۷	۳/۸۱	۰/۰۱۱
آزمون لامبدای ویلکز	۰/۷۰۸	۴	۳۷	۳/۸۱	۰/۰۱۱
آزمون اثر هتینگ	۰/۴۱۳	۴	۳۷	۳/۸۱	۰/۰۱۱
آزمون بزرگترین ریشه روی	۰/۴۱۳	۴	۳۷	۳/۸۱	۰/۰۱۱

همان طور که در جدول ۳-۴ ملاحظه مشاهده می شود، سطوح معنی داری همه آزمون ها بیانگر آن هستند که بین دانش آموزان دختر گروه های آزمایش و گواه حداقل از لحاظ یکی از متغیرهای وابسته (مؤلفه های عزت نفس) تفاوت معنی داری وجود دارد، برای پی بردن به تفاوت، نتایج حاصل از آزمون اثرات بین آزمودنی ها، در جدول ۴-۴ آمده است.

جدول ۴-۴: نتایج اثرات بین آزمودنی ها از لحاظ نمرات تفاضل (پیش آزمون - پس آزمون) مؤلفه های عزت نفس گروه های آزمایش و گواه

گروه	میانگین	متغیرها	مجموع مجذورات	ددرجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی داری
آزمایش	-۲/۲۴	عزت نفس عمومی	۶۶/۸۸	۱	۶۶/۸۸	۵/۶۹	۰/۰۲۲
گواه	۰/۲۹						
آزمایش	-۰/۰۵	عزت نفس اجتماعی	۰/۵۹۵	۱	۰/۵۹۵	۰/۲۷۰	۰/۶۰۶
گواه	۰/۱۹						
آزمایش	-۰/۵۷	عزت نفس خانوادگی	۰/۰۲۴	۱	۰/۰۲۴	۰/۰۰۶	۰/۹۳۶
گواه	-۰/۶۲						
آزمایش	-۱/۵۲	عزت نفس تحصیلی	۳۸/۰۹	۱	۳۸/۰۹	۱۴/۹۱	۰/۰۰۰۱
گواه	-۰/۳۸						

همان طور که در جدول ۴-۴ ملاحظه می شود، بین دانش آموزان دختر گروه آزمایش و گروه گواه از لحاظ مؤلفه های عزت نفس عمومی و عزت نفس تحصیلی تفاوت معنی داری وجود دارد. به عبارت دیگر، آموزش مهارت های اجتماعی با توجه به میانگین های مؤلفه های عزت نفس عمومی و تحصیلی دانش آموزان دختر گروه آزمایش نسبت به میانگین دانش آموزان دختر گروه گواه، موجب افزایش مؤلفه های عزت نفس یاد شده گروه آزمایش شده است. بنابراین فرضیه های ۱-۱ و ۱-۴ تأیید می گردد. بین دانش آموزان دختر گروه آزمایش و گروه گواه از لحاظ مؤلفه های عزت نفس اجتماعی و عزت نفس خانوادگی تفاوت معنی داری وجود ندارد. به عبارت دیگر، آموزش مهارت های اجتماعی با توجه به میانگین های مؤلفه های عزت نفس اجتماعی و عزت نفس خانوادگی دانش آموزان دختر گروه های آزمایش و گواه، موجب افزایش مؤلفه های عزت نفس اجتماعی و عزت نفس خانوادگی گروه آزمایش نشده است. بنابراین فرضیه های ۲-۱ و ۳-۱ تأیید نمی گردد.

ج) یافته های جانبی

در بخش زیر به برخی از یافته های جانبی اشاره می شود.

جدول ۴-۵: نتایج تحلیل کوواریانس یک راهه روی نمرات تفاضل (پیش آزمون - پس آزمون) عزت نفس گروه های آزمایش و گواه با کنترل وضعیت سن آنها

متغیرها	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی داری (p)
کنترل (سن)	۵/۳۳	۱	۵/۳۳	۰/۱۵۷	۰/۶۹۴
مستقل (گروه)	۲۴۸/۵۱	۱	۲۴۸/۵۱	۷/۳۰	۰/۰۱۰

همان طور که در جدول ۴-۵ مشاهده می شود که با کنترل سن بین دانش آموزان گروه آزمایش و دانش آموزان گروه گواه از لحاظ عزت نفس تفاوت معنی داری وجود دارد. به عبارت دیگر، با ورود متغیر سن به عنوان متغیر کنترل در تحلیل کوواریانس، تفاوت بین عزت نفس دو گروه، معنی دار باقی مانده است و این بیانگر آن است که سن روی نتایج حاصله راجع به گروه ها تأثیری ندارد.

جدول ۴-۶: نتایج تحلیل کوواریانس یک راهه روی نمرات تفاضل (پیش آزمون - پس آزمون) عزت نفس گروه های آزمایش و گواه با کنترل ترتیب تولد آنها

متغیرها	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی داری (p)
کنترل (ترتیب تولد)	۰/۰۰۲	۱	۰/۰۰۲	۰/۰۰۱	۰/۹۹۵
مستقل (گروه)	۲۲۰/۴۲	۱	۲۲۰/۴۲	۶/۴۷	۰/۰۱۵

همان طور که در جدول ۴-۶ نشان داده شده است که با کنترل ترتیب تولد بین دانش آموزان گروه آزمایش و دانش آموزان گروه گواه از لحاظ عزت نفس تفاوت معنی داری وجود دارد. به عبارت

دیگر، با ورود متغیر ترتیب تولد به عنوان متغیر کنترل در تحلیل کوواریانس، تفاوت بین عزت نفس دو گروه، معنی دار باقی مانده است و این نشان دهنده آن است که ترتیب تولد روی نتایج حاصله راجع به گروه ها تأثیری ندارد.

جدول ۴-۷: نتایج اثرات بین آزمودنی ها از لحاظ نمرات تفاضل (پیش آزمون - پس آزمون) مولفه های عزت نفس گروه های آزمایش و گواه با کنترل سن آنها

متغیرها	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی داری (P)
عزت نفس عمومی	۷۵/۹۹	۱	۷۵/۹۹	۶/۴۰	۰/۰۱۶
عزت نفس اجتماعی	۰/۴۶۵	۱	۰/۴۶۵	۰/۲۰۴	۰/۶۵۴
عزت نفس خانوادگی	۰/۰۰۱	۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۹۸۷
عزت نفس تحصیلی	۴۰/۱۰	۱	۴۰/۱۰	۱۵/۲۴	۰/۰۰۰۱

همان طوری که در جدول ۴-۷ مشاهده می شود که با کنترل سن بین دانش آموزان دختر گروه آزمایش و دانش آموزان دختر گروه گواه از لحاظ مولفه های عزت نفس خود عمومی و تحصیلی تفاوت معنی دار و از لحاظ مولفه های عزت نفس اجتماعی و خانوادگی تفاوت غیر معنی دار وجود دارد. به عبارت دیگر، با ورود متغیر سن به عنوان متغیر کنترل در تحلیل کوواریانس، تفاوت بین مولفه های عزت نفس خود عمومی و تحصیلی دو گروه، معنی دار باقی مانده و تفاوت بین عزت نفس اجتماعی و خانوادگی دو گروه نیز، غیر معنی دار باقی مانده است و این بیانگر آن است که سن روی نتایج حاصله راجع به گروه ها تأثیری ندارد.

جدول ۴-۸: نتایج اثرات بین آزمودنی ها از لحاظ روی نمرات تفاضل (پیش آزمون - پس آزمون) مولفه های عزت نفس گروه های آزمایش و گواه با کنترل ترتیب تولد آنها

متغیرها	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی داری (P)
عزت نفس خود عمومی	۶۹/۷۹	۱	۶۹/۷۹	۵/۸۳	۰/۰۲۰
عزت نفس اجتماعی	۰/۳۴۵	۱	۰/۳۴۵	۰/۱۵۶	۰/۶۹۵
عزت نفس خانوادگی	۰/۰۰۳	۱	۰/۰۰۳	۰/۰۰۱	۰/۹۷۸
عزت نفس تحصیلی	۳۵/۵۰	۱	۳۵/۵۰	۱۳/۷۶	۰/۰۰۱

همان طوری که در جدول ۴-۸ ملاحظه می شود که با کنترل ترتیب تولد بین دانش آموزان دختر گروه آزمایش و دانش آموزان دختر گروه گواه از لحاظ مولفه های عزت نفس خود عمومی و تحصیلی تفاوت معنی دار و از لحاظ مولفه های عزت نفس اجتماعی و خانوادگی تفاوت غیر معنی دار وجود دارد. به عبارت دیگر، با ورود متغیر ترتیب تولد به عنوان متغیر کنترل در تحلیل کوواریانس، تفاوت بین مولفه های عزت نفس خود عمومی و تحصیلی دو گروه، معنی دار باقی مانده و تفاوت بین عزت نفس اجتماعی و خانوادگی دو گروه نیز، غیر

معنی دار باقی مانده است و این گویای آن است که ترتیب تولد روی نتایج حاصله راجع به گروه ها تأثیری ندارد.

بحث و نتیجه گیری

در پژوهش حاضر هدف بررسی تأثیر آموزش مهارت های اجتماعی بر عزت نفس دانش آموزان دختر می باشد. فرضیه های مطرح شده در این تحقیق دال بر اثربخشی آموزش مهارت های اجتماعی بر عزت نفس عمومی و تحصیلی می باشد که در زیر به بررسی هر یک از این فرضیه ها و نتایج بدست آمده از آن ها می پردازیم.

فرضیه ۱: آموزش مهارت های اجتماعی موجب افزایش عزت نفس دانش آموزان دختر گروه آزمایش در مقایسه با گروه گواه می شود.

همان طور که در جدول ۲-۴ ملاحظه می شود بین دانش آموزان دختر گروه آزمایش و گروه گواه از لحاظ عزت نفس تفاوت معناداری وجود دارد ($P=0/013$ و $t=-2/59$). بنابراین، فرضیه اول تأیید گردید. به عبارت دیگر، آموزش مهارت های اجتماعی با توجه به میانگین عزت نفس ($4/38$) دانش آموزان دختر گروه آزمایش نسبت به میانگین ($0/24$) دانش آموزان دختر گروه گواه، موجب افزایش عزت نفس گروه آزمایش شد.

بنابراین فرضیه ۱ تأیید شد. این یافته با یافته های بدست آمده از تحقیقات انجام شده توسط عبدالله پور (۱۳۸۵) همسویی دارد.

فرضیه ۱-۱: آموزش مهارت های اجتماعی موجب افزایش عزت نفس عمومی دختر گروه آزمایش در مقایسه با گروه گواه می شود.

همان طور که در جدول ۴-۴ ملاحظه می شود بین دانش آموزان دختر گروه آزمایش و گروه گواه از لحاظ عزت نفس عمومی تفاوت معناداری وجود دارد ($P=0/022$). بنابراین، فرضیه ۱-۱ تأیید گردید. به عبارت دیگر، آموزش مهارت های اجتماعی با توجه به میانگین عزت نفس عمومی ($2/24$) دانش آموزان دختر گروه آزمایش نسبت به میانگین ($0/29$) دانش آموزان دختر گروه گواه، موجب افزایش عزت نفس عمومی گروه آزمایش شد. بنابراین فرضیه ۱-۱ تأیید شد. این یافته با یافته های بدست آمده از تحقیقات انجام شده توسط فروتن (۱۳۸۰)، عبدالله پور (۱۳۸۵)، همسویی دارد.

فرضیه ۲-۱: آموزش مهارت های اجتماعی موجب افزایش عزت نفس اجتماعی گروه آزمایش در مقایسه با گروه گواه می شود.

همان طور که در جدول ۴-۴ ملاحظه می شود، بین دانش آموزان دختر گروه آزمایش و گروه گواه از لحاظ عزت نفس اجتماعی تفاوت معناداری وجود ندارند ($P=0/606$). بنابراین، فرضیه ۲-۱ تأیید نگردید. به عبارت دیگر، آموزش مهارت های اجتماعی با توجه به میانگین عزت نفس اجتماعی ($0/5$) دانش آموزان دختر گروه آزمایش نسبت به میانگین ($0/19$) دانش آموزان دختر گروه گواه، موجب افزایش عزت نفس گروه آزمایش نشد. بنابراین، فرضیه ۲-۱ تأیید نشد. این یافته با یافته های بدست آمده از تحقیقات انجام شده توسط ابراهیمی قوام (۱۳۷۹)، فروتن (۱۳۸۰)، همسویی دارد.

فرضیه ۳-۱: آموزش مهارت های اجتماعی موجب افزایش عزت نفس خانوادگی گروه آزمایش در مقایسه با گروه گواه می شود.

همان‌طور که در جدول ۴-۴ ملاحظه می‌شود، بین دانش‌آموزان دختر گروه آزمایش و گروه گواه از لحاظ عزت نفس خانوادگی تفاوت معناداری وجود ندارد ($p=0/936$). بنابراین، فرضیه ۱-۳ تأیید نگردید. به عبارت دیگر، آموزش مهارت‌های اجتماعی با توجه به میانگین عزت نفس خانوادگی ($0/57-$) دانش‌آموزان دختر گروه آزمایش نسبت به میانگین ($0/62-$) دانش‌آموزان دختر گروه گواه، موجب افزایش عزت نفس گروه آزمایش نشد. بنابراین، فرضیه ۱-۳ تأیید نشد. این یافته با یافته‌های بدست آمده از تحقیقات انجام شده توسط عبدالله پور (۱۳۸۵)، همسویی دارد.

فرضیه ۱-۴: آموزش مهارت‌های اجتماعی موجب افزایش عزت نفس تحصیلی گروه آزمایش در مقایسه با گروه گواه می‌شود.

همان‌طور که در جدول ۴-۴ ملاحظه می‌شود، بین دانش‌آموزان دختر گروه آزمایش و گروه گواه از لحاظ عزت نفس تحصیلی تفاوت معنادار وجود دارد ($p=0/001$). بنابراین، فرضیه ۱-۴ تأیید گردید. به عبارت دیگر، آموزش مهارت‌های اجتماعی با توجه به میانگین عزت نفس تحصیلی ($1/52-$) دانش‌آموزان دختر گروه آزمایش نسبت به میانگین ($0/38-$) دانش‌آموزان دختر گروه گواه، موجب افزایش عزت نفس گروه آزمایش شد. بنابراین، فرضیه ۱-۴ تأیید شد. این یافته با یافته‌های بدست آمده از تحقیقات انجام شده توسط هارتر (۱۹۸۶)، آلن (۲۰۰۶)، همسویی دارد.

از جمله تبیین‌های احتمالی که می‌توان برای این یافته در نظر گرفت این است که عزت نفس قسمتی از شخصیت طبیعی هر انسانی است و بدیهی است که هر شخصی در وجود خود به نوعی احساس ارزشمندی خواهد کرد. اما این احساس ارزشمندی در افراد مختلف دارای درجات مختلفی است. مهارت‌های اجتماعی و شناسایی ارزش‌های فردی در پیشگیری یا کاهش ابتلاء نوجوانان به انواع ناهنجاری‌های رفتاری-اجتماعی و اختلالات روانی و شخصیتی نقش مؤثری دارند. بنابراین، با توجه به اهمیت و ارزش آموزش مهارت‌های اجتماعی با اهداف پیشگیرانه و ارتقاء سطح سلامت روان، فقدان این مهارت باعث کاهش ارزشمندی در وجود فرد خواهد شد. آموزش چنین مهارت‌هایی در کودکان و نوجوانان احساس کفایت، توانایی مؤثر بودن، غلبه کردن بر مشکل یا سازگاری با ناکامی و افزایش عزت نفس، توانایی برنامه‌ریزی و رفتار هدفمند و یا تغییر اهداف مواجه شده با ناکامی و متناسب با مشکل را به وجود می‌آورد.

منابع

- افروز، غ. (۱۳۷۱)، روان‌شناسی کم‌رویی و روشهای درمان، تهران: نشر فرهنگ اسلامی
- شعاری نژاد، (۱۳۷۴)، نقش فعالیت فوق برنامه در تربیت نوجوانان، تهران، نشر اطلاعات، چاپ پنجم.
- عبدالله پور، م. (۱۳۸۵)، تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر عزت نفس، خود پنداره و سلامت روان دانش‌آموزان پسر سال دوم متوسطه شهرستان کهگیلویه (دهدشت)، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، واحد علوم و تحقیقات اهواز.
- محمودی، بهمن (۱۳۸۶)، بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر ابراز وجود و عزت نفس دانش‌آموزان پسر سال اول متوسطه دبیرستان‌های شهرستان ممسنی، پایان‌نامه

- کارشناسی ارشد، واحد علوم تحقیقات، مرکز اهواز.
- پور فرجی، س.، (۱۳۸۰)، مقایسه عملکرد تحصیلی و جسمانی دانش آموزان پسر فاقد و واجد پدر به نقش تعدیل کننده حمایت اجتماعی با کنترل هوش، عزت نفس، طول مدت فقدان وضعیت اجتماعی – اقتصادی خانواده آنان در پایه تحصیلی اول دبیرستان شهرستان اهواز، پایان نامه کارشناسی ارشد دانشکده علوم تربیتی شهید چمران.
- وجدانی، لادن، (۱۳۸۱)، بررسی مقایسه عزت نفس، افسردگی، جایگاه مهار شخصی A معتادین خود مصرف با معتادین زندان مرد شهرستان آبادان، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد واحد علوم تحقیقات اهواز.
- ابراهیمی قوام، ص، (۱۳۷۹)، همبستگی بین دریافت انواع حمایت های اجتماعی با تأکید بر آموزش مهارت های اجتماعی طرح آزمایش، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تهران.
- فروتن، خلیل، (۱۳۸۰) رابطه مهارت های اجتماعی و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان سوم راهنمایی، شهرستان لامرد، پایان نامه کارشناسی ارشد، واحد علوم و تحقیقات اهواز.
- کارتلج، و میلبرن. جی. اف. (۱۹۷۸) آموزش مهارت های اجتماعی به کودکان، ترجمه محمد حسین نظری نژاد (۱۳۸۵)، مشهد: انتشارات قدس رضوی
- کلمز، هریس و همکاران، (۱۹۹۶)، روش های تقویت عزت نفس در نوجوانان، ترجمه پروین علی پور، (۱۳۸۰)، مشهد: انتشارات آستان قدس رضوی.
- شکر کن، ح.، نیسی، ع. (۱۳۷۳)، تاثیر عزت نفس بر عملکرد تحصیلی دانش آموزان پسر و دختر دبیرستانی، مجله علوم تربیتی و روان شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی دانشگاه شهید چمران اهواز، چاپ اول، شماره اول.
- فرگاس جوزف، (۱۹۸۷)، روان شناسی تعامل اجتماعی، ترجمه خشایار بیگی و مهرداد فیروزبخت، (۱۳۷۴)، تهران: انتشارات ابجد.

Allen . G .,(2006) .social skills and atth . London , Methuen .

-Harter.s., (1986). The construction of the self. Newyork: Guilford.

-Dickson . D.A.Saunders . C&stringer .M.(1994).Rewarding people:the skill of responding positively .Rutledge London.