

مقاله پژوهشی

سلامت جامعه

دوره هیجدهم، شماره ۳، پائیز ۱۴۰۳

تأثیر آموزش مهارت دوست‌یابی بر پرخاشگری و انزوای اجتماعی دانش‌آموزان دختر

زهره موید نصرآبادی،^۱هادی غلام محمدی^{۲*}، محمود آزادی^۳

تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۰۴/۰۹

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۱۲/۲۷

خلاصه

مقدمه: پرخاشگری و انزوای اجتماعی از اختلالات رفتاری دوران کودکی است که پیامدهای نامطلوبی بر سلامت روان کودکان داشته و سلامت روان آن‌ها را تهدید می‌کند؛ از اینرو به‌کارگیری آموزش‌های تأثیرگذار برای کنترل این اختلالات ضروری است. هدف از این مطالعه تعیین تأثیر آموزش مهارت دوست‌یابی بر پرخاشگری و انزوای اجتماعی دانش‌آموزان دختر ابتدایی بود.

مواد و روش‌ها: پژوهش حاضر از نوع نیمه‌آزمایشی و با طراحی پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه پژوهش کلیه دانش‌آموزان دختر پایه چهارم و پنجم شهر مشهد در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲ (بالغ بر ۴۰۰ دانش‌آموز) بود. تعداد ۳۰ دانش‌آموز به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چند مرحله‌ای انتخاب شده و به شکل تصادفی در دو گروه آزمایش (۱۵ نفر) و کنترل (۱۵ نفر) قرار گرفتند. گروه آزمایش تحت ۱۰ جلسه ۶۰ دقیقه‌ای آموزش مهارت دوست‌یابی قرار گرفت و گروه کنترل، آموزشی دریافت نکرد. ابزار مورد استفاده پرسش‌نامه‌های پرخاشگری Buss و Perry و انزوای اجتماعی Russell بود. داده‌های جمع‌آوری شده با استفاده از تحلیل کوواریانس چندمتغیره تجزیه و تحلیل شد.

یافته‌ها: نتایج حاکی از تفاوت معنی‌دار بین گروه آزمایش و کنترل در نمره‌های پس از مداخله در پرخاشگری ($F=22/075$)، انزوای اجتماعی ($p<0/001$) و انزوای اجتماعی ($F=5/009$)، $p=0/034$) بود که نشان داد آموزش مهارت دوست‌یابی باعث کاهش پرخاشگری و انزوای اجتماعی در دانش‌آموزان شده است.

نتیجه‌گیری: با توجه به اثربخش بودن آموزش مهارت دوست‌یابی بر پرخاشگری و انزوای اجتماعی کودکان، به روان‌شناسان، مشاوران و مدیران مدارس توصیه می‌شود که در زمینه آموزش مهارت دوست‌یابی اقدام نمایند.

واژه‌های کلیدی: مهارت دوست‌یابی، پرخاشگری، انزوای اجتماعی، دانش‌آموزان دختر

۱. کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، گروه مشاوره، موسسه آموزش عالی حکمت رضوی، مشهد، ایران.

۲. استادیار، گروه روانشناسی و مشاوره، دانشگاه بین‌المللی امام رضا (ع)، مشهد، ایران (نویسنده مسئول)

پست الکترونیکی: hadi.gholammohamadi@imamreza.ac.ir. تلفن: ۰۹۳۷۶۱۷۵۹۱۴

۳. استادیار، گروه روانشناسی موسسه آموزش عالی حکمت رضوی، مشهد، ایران.

مقدمه

کودکی زمان مناسبی جهت بررسی و تشخیص مسائل عاطفی، تحصیلی و اجتماعی افراد است و نقش مهمی در رشد، توسعه و سازگاری آن‌ها دارد [۱]. عدم توجه به این دوران زمینه را برای بروز مشکلات، اختلالات و ناسازگاری‌های رفتاری فراهم می‌کند [۲]. اختلالات رفتاری، به شرایطی اطلاق می‌شود که در آن، پاسخ‌های رفتاری با هنجارهای اجتماعی، موقعیتی و سنی همخوانی و تطابق ندارد و بر روابط اجتماعی، عملکرد تحصیلی، سازگاری با محیط، مراقبت از خود و سازگاری فردی تأثیر منفی می‌گذارد [۲]. این اختلالات به دو دسته اختلالات درونی سازی، و برونی سازی تقسیم می‌شوند؛ اختلالات برونی سازی شامل پرخاشگری، نافرمانی، مخالفت‌جویی و اختلالات درونی‌سازی شامل کناره‌گیری از جامعه، انزوا، اضطراب و افسردگی می‌شود [۳]. در اختلالات درونی‌سازی، آسیب به دیگران زیاد صورت نمی‌گیرد؛ ولی در عوض احساسات و عواطف کودک هدف قرار گرفته و دچار آسیب می‌گردد. در حالی که در اختلالات برونی‌سازی فرد بیشتر به دیگران آسیب می‌رساند [۴].

یکی از اختلالات رفتاری برون‌نمود پرخاشگری است که در منابع مختلف از آن به‌عنوان مسئله اصلی بهداشتی در دوران کودکی و نوجوانی یاد می‌کنند [۲]. این رفتار به شکل فیزیکی علیه دیگران (مشت زدن)، کلامی (امتناع از صحبت) و پرخاشگری علیه اموال اتفاق می‌افتد [۵]، که تحت تأثیر عوامل روانشناختی، موقعیتی، اجتماعی و ژنتیکی است [۶]. کودکان پرخاشگر به دلیل مشکلاتی که در حل مسئله، حل تعارض و عدم تنظیم هیجانات دارند، دچار مشکلات عدیده‌ای از جمله مشکل با پلیس، مشکلات در مدرسه و آموزشگاه، طرد توسط همسالان و گروه‌های اجتماعی و خانوادگی می‌شوند [۷] که مداخله به موقع در این رابطه می‌تواند از ادامه این رفتار جلوگیری کند؛ زیرا پژوهش‌ها بیان می‌کنند که پرخاشگری دوران کودکی می‌تواند رفتارهای پرخطر دوران بزرگسالی از

جمله سوءمصرف مواد، بزهکاری، افسردگی و افت تحصیلی را پیش‌بینی کند [۸].

از آنجایی که پرخاشگری می‌تواند موجب طرد اجتماعی کودکان و نوجوانان گردد [۷]، مسئله انزوای اجتماعی به عنوان یکی از اختلالات رفتاری درون‌نمود مورد توجه قرار می‌گیرد. بر پایه برخی شواهد، امروزه نگرانی‌هایی در سطح جهانی در رابطه با شیوع انزوای اجتماعی در کودکان و نوجوانان دیده می‌شود [۹]. انزوای اجتماعی به روابط اجتماعی محدود، کم و یا فقدان آن با دیگران اشاره دارد [۹]. به گونه‌ای که کودکان را با مشکلات فراوانی از جمله عدم توانایی در شکل‌دهی ارتباط با دیگران، مشکلات یادگیری و مشکل در کسب مهارت‌ها مواجه می‌کند [۱۰]. عدم توانایی در برقراری روابط اجتماعی می‌تواند باعث تقلیل علائق ذهنی و عاطفی کودکان نسبت به دیگران و محیط پیرامون گردد؛ موضوعی که باعث می‌گردد کودک از داشتن دوستان صمیمی محروم شود و در نتیجه از حضور در فعالیت‌های اجتماعی و گروهی سر باز زند [۱۱]. عدم توجه به در مان انزوای اجتماعی می‌تواند زمینه را برای مسائل دیگری از جمله؛ مشکلات اعتماد به نفس، زودرنجی و افسردگی مهیا کند. پژوهش‌ها حاکی از آن هستند که انزوای اجتماعی با افسردگی، استرس، اضطراب، خودکشی، سوءتغذیه و کیفیت زندگی پایین در کودکان مرتبط است [۱۲].

با توجه به مسائل و مشکلاتی که پرخاشگری و انزوای اجتماعی در کودکان ایجاد می‌کند، به‌کارگیری راهبردهایی در جهت مدیریت این موارد ضروری است؛ در این رابطه آموزش‌ها و نگاه‌های مختلفی وجود دارد که یکی از آن‌ها آموزش مهارت‌های اجتماعی است. آموزش مهارت‌های اجتماعی، سبب بهبود رفتار اجتماعی مانند برقراری ارتباط و فعالیت‌های روزمره زندگی می‌شود [۱۳].

یکی از مهارت‌های اجتماعی مهم، دوست‌یابی است که برای افزایش نیرو و امید به کار می‌رود و باعث ایجاد تغییراتی در فرد می‌شود [۱۳]. همسالان و دوستان از

منابع مهم جامعه‌پذیری کودکان هستند و تعامل با آنان نقش مهمی در شناخت اجتماعی ایفا می‌کند [۱۴]. روابط دوستانه و به‌خصوص روابط صمیمی و نزدیک، چگونگی برقراری روابط صمیمانه را از طریق یادگیری، تحول هیجانی و عاطفی، و مدیریت استرس و اضطراب را از طریق حمایت عاطفی فراهم می‌کند [۱۵]. پژوهش‌ها نشان می‌دهند که تنهایی و نداشتن رابطه دوستی با دیگران کودکان را به لحاظ اجتماعی بی‌تجربه و بی‌مهارت می‌سازد (۱۴)؛ همچنین پژوهش‌ها بیانگر این هستند که علت اساسی مشکلات اجتماعی، عملکرد ناکافی رفتارهای اجتماعی مانند مشکلات فرد در دوست‌یابی است [۱۶]. Harmelen و همکاران، در پژوهشی از همبستگی منفی بین دوستی و علائم افسردگی خبر دادند [۱۷].

پژوهش حاضر با توجه به سه دلیل زیر به بررسی اثربخشی آموزش مهارت دوست‌یابی بر پرخاشگری و انزوای اجتماعی دانش‌آموزان ابتدایی عادی پرداخت: ۱- پرخاشگری و انزوای اجتماعی تأثیرات نامطلوبی بر سلامت روان کودکان (از جمله تمایل به سوءمصرف مواد، بزهکاری، خودکشی و افسردگی)، دارند. ۲- روابط اجتماعی و صمیمانه نقش‌های پر رنگ در کاهش اثرات مخرب پرخاشگری و انزوای اجتماعی دارند که در پژوهش‌های گذشته بدان‌ها پرداخته شده است؛ ولیکن در زمینه آموزش مهارت دوست‌یابی پژوهش‌ها اندک هستند. ۳- همچنین در پژوهش‌های گذشته بر جوامع غیرعادی (اوتیسم، کم‌توان ذهنی، کودکان مبتلا به اختلالات روانپزشکی از جمله افسردگی و کودکان پرخاشگر و ...) تأکید شده است.

مواد و روش‌ها

پژوهش حاضر از نوع نیمه‌آزمایشی و با طراحی پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه پژوهش کلیه دانش‌آموزان دختر پایه چهارم و پنجم شهر مشهد در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲ (بالغ بر ۴۰۰ دانش‌آموز)،

بود. نمونه پژوهش شامل ۳۰ دانش‌آموز بود که به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شده و به شکل تصادفی (قرعه‌کشی) در گروه‌های آزمایش (۱۵ نفر) و کنترل (۱۵ نفر) قرار گرفتند. جهت تعیین حجم نمونه از نرم‌افزار G Power استفاده شد. این نرم‌افزار نشان داد که برای دست‌یابی به توان آماری ۰/۹۰، با اندازه اثر ۰/۸۰ در سطح معنی‌داری ۰/۰۵ به ۱۵ آزمودنی در هر گروه نیاز است. به صورت تصادفی (قرعه‌کشی) از بین نواحی ۷ گانه آموزشی شهر مشهد، ناحیه ۴، و از بین مدارس ابتدایی دخترانه این ناحیه، یک مدرسه انتخاب گردید. با مراجعه به مدرسه مذکور از بین ۴ کلاس پایه چهارم و پنجم، ۲ کلاس با روش قرعه‌کشی انتخاب شد و دانش‌آموزان آن با در نظر گرفتن ملاک‌های ورود (رضایت دانش‌آموز و والدین و همچنین تمایل به شرکت در جلسات آموزشی)، و ملاک‌های خروج (غیبت بیش از یک جلسه در جلسات آموزشی و وجود مشکلات جسمی و روان‌شناختی خاص نظیر بیش‌فعالی، افسردگی، مشکلات قلبی، عروقی و ...)، در گروه آزمایش و کنترل جای‌دهی شدند. لازم به ذکر است این پژوهش دارای کد اخلاق شماره IR.UM.REC. 1402.255 می‌باشد.

هر دو گروه به پرسشنامه‌های پرخاشگری Buss و Perry و انزوای اجتماعی Russel در پیش‌آزمون و پس‌آزمون پاسخ دادند.

پرسش‌نامه پرخاشگری Buss و Perry (Aggression Questionnaire): این پرسشنامه توسط Buss و Perry در سال ۱۹۹۲ ساخته شد [۱۸]. دارای ۲۹ گویه می‌باشد که چهار جنبه پرخاشگری فیزیکی، کلامی، خشم و خصومت را می‌سنجد و میزان پرخاشگری کلی را نیز اندازه‌گیری می‌کند. این پرسش‌نامه برای گروه‌های سنی کودک و نوجوان ساخته شده است. محتوای آن بر روی یک طیف لیکرت پنج درجه‌ای از کاملاً شبیه من است (۵) تا اصلاً شبیه من نیست (۱) مشخص شده است که حداقل نمره برابر ۲۹ و حداکثر آن برابر ۱۴۵ می‌باشد. دو عبارت ۹ و

نسخه تجدید نظر شده ۰/۷۸ گزارش شد. پایایی آزمون به روش بازآزمایی توسط Russell و همکاران [۲۰]. ۰/۸۹. و در ایران به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۸ گزارش شد [۲۱]. همچنین، همبستگی این آزمون با فرم کوتاه شده احساس تنهایی اجتماعی، عاطفی ۰/۷۴ گزارش گردید [۲۱]. در مطالعه حاضر ضریب آلفای کرونباخ برای مقیاس کل ۰/۷۹ و برای خرده‌مقیاس‌ها به ترتیب ۰/۷۴، ۰/۷۶ و ۰/۷۸ گزارش شد.

پس از اجرای پیش‌آزمون، اعضای گروه آزمایش طی ۱۰ جلسه ۶۰ دقیقه‌ای (هفته‌ای یک جلسه)، محتوای آموزشی مهارت دوست‌یابی برگرفته از برنامه درسی مهارت‌های اجتماعی Hossein Khanzadeh [۲۲]. را دریافت کردند (جدول ۱). گروه کنترل هیچ آموزشی دریافت نکردند. جلسات آموزشی روزهای شنبه و چهارشنبه در محل آموزشگاه با همکاری معاونت پرورشی مدرسه از ساعت ۱۶ الی ۱۷ با نظارت استاد راهنما توسط کارشناس ارشد مشاوره خانواده که در این حوزه آموزش دیده بود، برگزار شد. با همه آزمودنی‌ها صحبت شد و والدین آن‌ها فرم رضایت آگاهانه را تکمیل نمودند. آن‌ها می‌توانستند هر زمان که مایل بودند از آموزش و گروه خارج شوند. همچنین به آزمودنی‌ها و والدین آن‌ها اطمینان داده شد که اطلاعات‌شان محرمانه خواهد ماند. هیچ‌یک از گروه‌ها ریزش نداشتند. در پایان، از هر دو گروه پس‌آزمون گرفته شد و گروه کنترل نیز آموزش مشابهی را دریافت نمود. در این پژوهش با توجه به سن آزمودنی‌ها برای پر کردن پرسشنامه‌ها از کمک آزمونگر برای توضیح گویه‌ها استفاده شد.

۱۶ به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. در این آزمون، مجموع نمره‌های خرده‌مقیاس‌ها با نمره کل پرخاشگری برابر است و نمره بالاتر به معنی پرخاشگری بیشتر است. همسانی درونی این پرسشنامه ۰/۸۹ گزارش شده است. همبستگی خرده‌مقیاس‌ها با کل مقیاس بین ۰/۲۵ تا ۰/۴۵ است که بیانگر روایی مناسب آن است [۱۸]. پایایی آزمون در خرده‌مقیاس‌های فیزیکی، کلامی، خشم و خصومت به ترتیب ۰/۸۰، ۰/۷۶، ۰/۷۲، و ۰/۷۲ گزارش شده است [۱۸]. در ایران این پرسشنامه توسط Mohammadi در سال ۱۳۸۵ هنجار شده است و پایایی آن با استفاده از سه روش آلفای کرونباخ، بازآزمایی و تنصیف تحلیل گردید که به ترتیب ضرایب ۰/۷۸، ۰/۸۹، ۰/۷۳ بدست آمد [۱۹]. همچنین همبستگی بین خرده‌مقیاس‌ها و کل آزمون بین ۰/۳۷ تا ۰/۷۸ گزارش شد که بیانگر روایی همگرای مناسب است [۱۹]. در پژوهش حاضر، آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۷۷ و برای خرده‌مقیاس‌ها به ترتیب ۰/۷۶، ۰/۷۴، ۰/۷۰ و ۰/۷۰ گزارش شد.

پرسشنامه انزوای اجتماعی (University of Russell Loneliness Scale) توسط Russell و همکاران در سال ۱۹۷۸ ساخته شد که شامل ۲۰ سؤال است و به صورت چهارگزینه‌ای (هرگز، به ندرت، گاهی، همیشه)، امتیازدهی می‌شود. این پرسشنامه دارای سه خرده‌مقیاس، شامل تنهایی ناشی از ارتباط با خانواده، تنهایی ناشی از ارتباط با دوستان و نشانه‌های عاطفی تنهایی است [۲۰]. پایایی این آزمون در

جدول ۱- خلاصه محتوای آموزشی مهارت دوست‌یابی برگرفته از برنامه درسی مهارت‌های اجتماعی Hossein Khanzadeh، در دانش‌آموزان دختر مدرسه منتخب شهر مشهد در سال ۱۴۰۳-۱۴۰۲

جلسه	محتوا
اول	جلسه معارفه و آشنایی با دانش‌آموزان، توضیحاتی درباره اهمیت و ضرورت مهارت‌های دوست‌یابی ارائه شد.
دوم	توضیح درباره معنای دوستی، مهارت‌های مربوط به شروع تعامل
سوم	ادامه مهارت‌های مربوط به شروع تعامل، در این جلسه مهارت‌هایی مانند: لبخند زدن هنگام مواجهه با دوستان، قرض گرفتن از همسالان و .. تمرین شد.

چهارم	آموزش مهارت‌هایی مانند: عذرخواهی کردن، شرکت کردن در فعالیت‌هایی با حضور همسالان، درخواست کمک از کودکان دیگر جهت بازی کردن
پنجم	آموزش مهارت ایجاد دوستی شامل پیش قدم شدن در دوستی، رعایت نوبت در سخن گفتن
ششم و هفتم	یادگیری، مرور جلسه از ابتدا تا انتها و آموزش مهارت‌های حفظ دوستی شامل با دوستان مهربانی کردن، عصبانی نشدن، به همدیگر کمک کردن، زنگ تفریح با هم بودن، کنار هم نشستن
هشتم و نهم	مرور جلسه از ابتدا تا انتهای آموزش مهارت‌هایی مانند برقراری ارتباط با نگاه، رعایت نوبت در صحبت، سالم و احوال‌پرسی، ایفای نقش و نمایش
دهم	مرور و جمع‌بندی جلسات

واریانس، همگنی شیب خط رگرسیون و همگنی ماتریس واریانس-کوواریانس)، نیز استفاده شد. سطح معنی‌داری در آزمون‌ها ۰/۰۵ در نظر گرفته شد.

داده‌های گردآوری شده با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۶ تجزیه و تحلیل شدند. جهت تحلیل داده‌ها از آمار توصیفی (میانگین، انحراف معیار) و آمار استنباطی (تحلیل کوواریانس چندمتغیره) استفاده شد. از آزمون‌های پیش-فرض تحلیل کوواریانس (نرمال بودن توزیع داده‌ها، همگنی

یافته‌ها

سال بود ($p < 0/05$). اطلاعات جمعیت‌شناختی شرکت-کنندگان در جدول ۲ آمده است. نتایج نشان داد که تفاوت معنی‌داری بین دو گروه آزمایش و کنترل از نظر سن، تحصیلات والدین و ترتیب تولد وجود نداشت.

میانگین و انحراف معیار سن شرکت‌کنندگان در گروه آزمایش $10/33 \pm 1/82$ و در گروه کنترل $10/2 \pm 53/04$

جدول ۲- اطلاعات جمعیت‌شناختی دانش‌آموزان مورد مطالعه در مدرسه منتخب شهر مشهد در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲

P	گروه آزمایش		گروه کنترل	
	تعداد	(درصد)	تعداد	(درصد)
۰/۲۶۳	۱۰	(۶۷)	۷	(۴۶)
	۱۱	(۳۳)	۸	(۵۴)
۰/۰۹۱	دیپلم	۳ (۲۰)	۲ (۱۳)	
	کارشناسی	۹ (۶۰)	۹ (۶۰)	
	کارشناسی ارشد	۳ (۲۰)	۴ (۲۷)	
۰/۲۸۴	دیپلم	۱۱ (۷۴)	۵ (۳۳)	
	کارشناسی	۲ (۱۳)	۸ (۵۴)	
	کارشناسی ارشد	۲ (۱۳)	۲ (۱۳)	
۰/۹۷۵	رتبه تولد	۴ (۲۷)	۳ (۲۰)	
	اول	۵ (۳۳)	۷ (۴۶)	
	دوم	۶ (۴۰)	۵ (۳۴)	

آزمون مجذور کای، * $p < 0/05$ اختلاف معنی‌دار

نسبت به گروه کنترل کاهش یافته است؛ به‌گونه‌ای که میانگین پرخاشگری گروه آزمایش از ۵۱/۶۶ در مرحله پیش‌آزمون به ۴۷/۴۰ در مرحله پس‌آزمون کاهش یافته

در جدول ۳ میانگین و انحراف معیار نمرات پرخاشگری و انزوای اجتماعی ارائه شده است. نتایج نشان می‌دهد که میانگین نمرات در مرحله پس‌آزمون در گروه آزمایش

است و حال آنکه در گروه کنترل میانگین از ۴۶/۶۶ در مرحله پیش‌آزمون به ۴۸/۰۶ در مرحله پس‌آزمون افزایش یافته است (جدول ۳).

است. حال آنکه در گروه کنترل نمره پس‌آزمون نسبت به پیش‌آزمون تغییری نکرده است. در رابطه با انزوای اجتماعی نیز میانگین از ۵۹/۴۰ در مرحله پیش‌آزمون به ۵۵/۶۶ در مرحله پس‌آزمون در گروه آزمایش کاهش یافته

جدول ۳- داده‌های توصیفی متغیرهای پژوهش دو گروه در مراحل پیش‌آزمون - پس‌آزمون در دانش‌آموزان مورد مطالعه در مدرسه منتخب شهر مشهد در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲ (هر گروه ۱۵ نفر)

متغیر	گروه	پیش‌آزمون	پس‌آزمون
پرخاشگری	آزمایش	۵۱/۶۶ ± ۵/۸۷	۴۷/۴۰ ± ۶/۰۳
	کنترل	۵۰/۰۶ ± ۴/۷۴	۵۰/۰۶ ± ۴/۱۳
انزوای اجتماعی	آزمایش	۵۹/۴۰ ± ۶/۸۵	۵۵/۶۶ ± ۷/۵۲
	کنترل	۴۶/۶۶ ± ۵/۴۰	۴۸/۰۶ ± ۵/۲۰

می‌دهد که بین افراد گروه‌های کنترل و آزمایش حداقل در یکی از متغیرهای پرخاشگری و انزوای اجتماعی تفاوت معنی‌داری وجود دارد.

نتایج تحلیل کوواریانس چند متغیره نشان می‌دهد که در پس‌آزمون با کنترل اثر پیش‌آزمون، بین گروه آموزش مهارت دوست‌یابی و کنترل از لحاظ میانگین نمرات پرخاشگری و انزوای اجتماعی تفاوت معنی‌داری وجود دارد. به عبارتی، آموزش مهارت دوست‌یابی، پرخاشگری و انزوای اجتماعی را به طور معنی‌داری کاهش داده است. شاخص مجذور اتا نشان می‌دهد که آموزش مهارت دوست‌یابی توانسته است؛ به ترتیب ۴۵ و ۱۶ درصد از تغییرات نمره را در پرخاشگری و انزوای اجتماعی توضیح دهد (جدول ۴).

مفروضه نرمال بودن توزیع داده‌ها از طریق آزمون شاپیرو-ویلک بررسی شد که مشخص گردید داده‌ها در هر دو گروه توزیع نرمال دارند ($p < 0.05$). همگنی واریانس‌های خطا به وسیله آزمون لوین بررسی و همگنی واریانس متغیرها تأیید گردید ($p < 0.05$). در رابطه با همگنی ماتریس واریانس-کوواریانس از آزمون ام‌باکس استفاده شد. از آنجایی که این آزمون برای هیچ‌یک از متغیرها معنی‌دار نبود ($5/16$ - Box's M، $p = 0.190$)؛ شرط همگنی ماتریس واریانس-کوواریانس رعایت شده است.

نتایج آزمون‌های چهارگانه تحلیل کوواریانس چندمتغیره (اثر پیلایی، لامبدا ویلکس، اثر هلتنینگ و بزرگترین ریشه ری)، مربوط به تفاضل متغیرهای پژوهش، از لحاظ آماری معنی‌دار بودند ($F=14/694$ ، $p < 0.001$). این امر نشان

جدول ۴- نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیره برای بررسی تفاوت نمرات بین دو گروه دانش‌آموزان مورد مطالعه در مدرسه منتخب شهر مشهد در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲

متغیر	منبع	مجموع مجدورات	df	میانگین مجدورات	F	p	η^2
پرخاشگری	پیش‌آزمون	۴۹۵/۶۸	۱	۴۹۵/۶۸	۷۵/۴۷	< 0.001	۰/۷۴
	گروه	۱۴۴/۹۸	۱	۱۴۴/۹۸	۲۲/۰۷	< 0.001	۰/۴۵
	خطا	۱۷۰/۷۶	۲۶	۶/۵۶			
انزوای اجتماعی	پیش‌آزمون	۸۳۱/۳۶	۱	۸۳۱/۳۶	۷۶/۰۹	< 0.001	۰/۷۴
	گروه	۵۴/۷۱	۱	۵۴/۷۱	۵/۰۰	< 0.001	۰/۱۶
	خطا	۲۸۴/۰۲	۲۶	۱۰/۹۲			
	کل	۱۶۰۵/۴۶	۲۹				

* $p < 0.05$ اختلاف معنی‌دار

بحث

این پژوهش با هدف بررسی تأثیر آموزش مهارت دوست‌یابی بر پرخاشگری و انزوای اجتماعی دانش‌آموزان دختر مقطع ابتدایی صورت گرفت. یافته‌های پژوهش نشان داد که آموزش مهارت دوست‌یابی بر کاهش پرخاشگری دانش‌آموزان مؤثر بوده است؛ به‌گونه‌ای که میانگین پرخاشگری گروه آزمایش از ۵۱/۶ در مرحله پیش‌آزمون به ۴۷/۴ در پس‌آزمون رسیده است. در رابطه با متغیر پرخاشگری پژوهشی که بیانگر اثربخشی مهارت دوست‌یابی بر پرخاشگری باشد، پیدا نشد؛ ولیکن اگر مهارت دوست‌یابی را زیر مجموعه مهارت‌های اجتماعی بدانیم، آنگاه نتایج با یافته‌های Ashrafi و Monjezi [۲۳]، Allameh و همکاران [۲۴] و Rezapour و همکاران [۲۵]، همسو است.

Ashrafi و Monjezi در پژوهش خود با عنوان اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی بر کاهش پرخاشگری دانش‌آموزان دختر به این نتیجه رسیدند که آموزش مهارت‌های ارتباطی از طریق بیان خواسته‌ها و نیازها می‌تواند پرخاشگری دانش‌آموزان را کاهش دهد [۲۳]. با توجه به نتایج پژوهش فوق می‌توان گفت دانش‌آموزان از طریق آموزش مهارت دوست‌یابی، توانسته‌اند دوستانی پیدا کنند که با آن‌ها گفتگو کنند، خواسته‌ها و نیازهایشان را در میان بگذارند، از آن‌ها درخواست کنند و از طریق راه‌های مناسب و جامعه‌پسند با همسالان ارتباط برقرار کرده و از تسلط طلبی و تکانش‌گری پرهیز کنند. به عبارتی می‌توان گفت که در این شرایط تعامل سازنده‌ای شکل می‌گیرد و دانش‌آموزان یاد می‌گیرند؛ به هم‌نوع خود کمک کنند، خواسته‌هایشان را به زبان بیاورند، رفتار جرأت‌مندانه داشته باشند، مورد پذیرش واقع شوند و از طریق بازی با همسالان تخلیه شوند.

Allameh و همکاران در پژوهش خود که بر روی دانش‌آموزان پسر دارای رفتارهای پرخاشگرانه انجام شد؛ به این نتیجه رسیدند که آموزش مهارت‌های اجتماعی و ارتباطی

می‌تواند رفتارهای پرخاشگرانه را کاهش دهد. آن‌ها معتقدند که فراگیری مهارت‌های اجتماعی نوع‌دوستی و آرامش را افزایش و هیجانات منفی از جمله خشم را کاهش می‌دهد [۲۴]، که این نیز به نوبه خود می‌تواند پرخاشگری را کاهش دهد. با وجود اینکه پژوهش فوق بر روی جامعه پسران انجام شد؛ اما می‌توان گفت که افزایش نوع‌دوستی و کاهش هیجانات منفی که یکی از اهداف آموزش دوست‌یابی است؛ می‌تواند در کاهش پرخاشگری دختران نیز مؤثر باشد. Rezapour و همکاران بیان نمودند که آموزش مهارت‌های اجتماعی پرخاشگری و اضطراب کودکان را کاهش می‌دهد. این پژوهش که بر روی کودکان دختر و پسر انجام شد؛ از طریق ایجاد احساس شایستگی این مهم را انجام می‌دهد. در تحلیل این مورد می‌توان گفت که دوست‌یابی به عنوان یک مهارت اجتماعی باعث ایجاد احساس شایستگی و خودکارآمدی در کودکان می‌گردد و سطوح بالای خودکارآمدی در روابط اجتماعی می‌تواند زمینه را برای سازگاری شناختی-عاطفی فراهم کند [۲۵]. در نتیجه این سازگاری، کودکان بهتر می‌توانند با همسالان خود ارتباط برقرار کرده و تعاملات سازنده داشته باشند. به نظر می‌رسد که احساس شایستگی و خودکارآمدی باعث می‌شود تا کودک احساس بهتری نسبت به خود داشته باشد و در نتیجه کمتر به دنبال رفتارهای پرخاشگرانه خواهد رفت [۲۶].

همچنین یافته‌های پژوهش نشان داد که آموزش مهارت دوست‌یابی بر کاهش انزوای اجتماعی دانش‌آموزان مؤثر بوده است. در رابطه با متغیر انزوای اجتماعی نیز پژوهشی که به طور مستقیم به اثربخشی مهارت دوست‌یابی بر انزوای اجتماعی پرداخته باشد، ملاحظه نگردید، ولی اگر مهارت دوست‌یابی را زیرمجموعه مهارت‌های اجتماعی بدانیم، آنگاه نتایج با یافته‌های Mardoukhi و همکاران [۲۷]، Borjali و Borhani [۲۸] و Ostavi و همکاران [۲۹]، همسو است. Mardoukhi و همکاران در پژوهش خود که بر روی دانش‌آموزان افسرده انجام شد؛ بیان نمودند که مهارت‌های اجتماعی به کودک کمک می‌کند تا جرأت‌مندی بیشتری

داشته باشد، مسئولیت پذیر باشد، عزت نفس داشته باشد و همچنین بتواند خواسته‌ها و احساسات خود را به شکل مطلوب بروز دهد و از این طریق، انزوای اجتماعی خویش را کاهش دهد [۲۷]. در آموزش مهارت‌های دوست‌یابی نیز به این موارد توجه می‌شود و کودک می‌تواند با اکتساب این مهارت‌ها، روابط بین‌فردی غنی‌تری در مدرسه، خانواده و اجتماع داشته باشد و احساس شایستگی و خودکارآمدی کند و در نتیجه با فراگیری مهارت‌های دوست‌یابی و احساس کارآمدی، انزوای اجتماعی‌اش کاهش یابد.

Borhani و Borjali نیز در پژوهشی با عنوان اثربخشی آموزش مهارت‌های اجتماعی بر اضطراب اجتماعی کودکان و نوجوانان بی‌سرپرست و بدسرپرست به این نتیجه رسیدند که آموزش مهارت‌های اجتماعی می‌تواند از طریق ایجاد همدلی، توانمندی در مهارت‌های کلامی و غیر کلامی و همچنین کاهش ترس از ارزیابی منفی، اضطراب و انزوای اجتماعی را کاهش دهد [۲۸]. اگرچه این پژوهش بر روی افرادی انجام شد که شرایط متفاوتی از کودکان با سرپرست مناسب دارند؛ اما همدلی، کاهش ترس از ارزیابی منفی و تقویت مهارت‌های کلامی و غیرکلامی که از اهداف آموزش مهارت دوست‌یابی‌اند؛ می‌تواند به کاهش انزوای اجتماعی در کودکان عادی منجر گردد.

Ostavi و همکاران در پژوهشی که بر روی کودکان اوتیسم انجام دادند به این نتیجه رسیدند که آموزش مهارت دوست‌یابی بر افزایش رفتارهای اجتماعی و کاهش انزوای اجتماعی مؤثر است [۲۹]. این پژوهش از این نظر که بر روی کودکان اوتیسم انجام شد با پژوهش حاضر متفاوت است؛ اما آن‌ها اشاره می‌کنند که باید به کودکان در برقراری ارتباط اولیه و همراه با الگو کمک گردد. در آموزش دوست‌یابی مورد استفاده در این پژوهش نیز به شکل مستقیم و مرحله به مرحله بر مهارت‌های برقراری ارتباط تأکید شد و در این راستا از ایفای نقش و نمایش بهره گرفته شد؛ تا کودکان به طور مداوم؛ چه به صورت مستقیم و چه از طریق نمایش و ایفای نقش در موقعیت برقراری ارتباط قرار گیرند.

از محدودیت‌های پژوهش حاضر عدم امکان بررسی هم‌زمان در دانش‌آموزان دختر سایر پایه‌های تحصیلی و دانش‌آموزان پسر بود؛ که تعمیم‌پذیری یافته‌ها را محدود می‌کند. از دیگر محدودیت‌ها عدم انعطاف برنامه‌های مدرسه بود که باعث می‌شد تعدادی از خانواده‌ها برای همراهی با پژوهش دچار مشکل گردند و در جلسه غیبت کنند؛ که این مورد نیز باعث می‌شد بخشی از آموزش توسط دانش‌آموز دریافت نگردد. پیشنهاد می‌گردد در پژوهش‌های آتی آموزش مذکور بر روی دانش‌آموزان دختر سایر پایه‌ها و همچنین دانش‌آموزان پسر صورت گیرد. همچنین پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی، قبل از شروع آموزش با مدارس در رابطه با ایجاد انعطاف در برنامه‌ها گفتگو گردد.

نتیجه‌گیری: با توجه به اثربخش بودن آموزش مهارت دوست‌یابی بر پرخاشگری و انزوای اجتماعی در کودکان و نظر به اهمیت دوران کودکی در شکل‌گیری شخصیت و نقش مسائل دوران کودکی در بزرگسالی افراد، به روان‌شناسان، مشاوران و مدیران مدارس توصیه می‌شود که در زمینه آموزش مهارت‌های اجتماعی از جمله دوست‌یابی در مدارس و مراکز مشاوره اقدام نمایند.

تعارض منافع

بنا بر اظهار نویسندگان در این مقاله تعارض منافع وجود ندارد.

سهم نویسندگان

این مقاله برگرفته از پایان‌نامه کارشناسی ارشد زهرا موید نصرآبادی است. هادی غلام محمدی، استاد راهنما و محمود آزادی استاد مشاور پایان‌نامه بوده‌اند.

تقدیر و تشکر

پژوهشگران از تمامی دانش‌آموزان و خانواده‌های آن‌ها؛ همچنین از مدیر، معاون پرورشی و سایر کارکنان مدرسه که در امر پژوهش یاری رساندند، تقدیر و تشکر می‌نمایند.

References

1. Zamani N, Ansari Shahidi M. Prevalence of Psychological Disorders among Caregivers of Children with Intellectual Disabilities and Motor Disabilities in Hamadan. JCMH 2017; 4 (3): 119-129.[Persian]
2. Wolgast A, Donat M. Cultural mindset and bullying experiences: An eight-year trend study of adolescents' risk behaviors, internalizing problems, talking to friends, and social support. JCY 2019; 99 (1): 257-269.
3. Li J, Yang MA. Research on Sex Education Environment in Preschool Children Families. JCE 2022; 13 (10): 3214-24.
4. Gro Janne H, Wergeland EN, Riise LGÖ. Cognitive behavior therapy for internalizing disorders in children and adolescents in routine clinical care: A systematic review and meta-analysis, CPR 2021; 43 (83): 1-15.
5. Connor DF, Newcorn JH, Saylor KE, Amann BH, Scahill L, Robb AS, et al. Maladaptive Aggression: With a Focus on Impulsive Aggression in Children and Adolescents. JCAP 2019; 29 (8): 576-591.
6. Tordjman S. Aggressive behavior: A language to be understood. Encephale 2022; 48 (1): 4-13.
7. Ersan C. Physical aggression, relational aggression and anger in preschool children: The mediating role of emotion regulation. JGP 2020; 147 (1): 18-42.
8. Goodwin T, Pacey K, Grace M. Childreach: violence prevention in preschool settings. CAPN 2003; 16 (2): 52-59.
9. Wu B. Social isolation and loneliness among older adults in the context of COVID-19: a global challenge. GHRP 2020; 5 (27): 1-3.
10. Julious SA. Sample Size for Clinical Trails. 1nd ed. London; CRC Press; 2010: 45-46.
11. Tsypes A, Aldao A, Mennin DS. Emotion dysregulation and sleep difficulties in generalized anxiety disorder. JAD 2013; 27 (2): 197-203.
12. Del Pozo Cruz B, Perales F, Alfonso-Rosa RM, del Pozo-Cruz J. Impact of social isolation on physical functioning among older adults: a 9-year longitudinal study of a US-representative sample. JPM 2021; 61 (2): 158-164.
13. Exell R, Hilari K, Behn N. Current practices and beliefs regarding supporting dating skills in rehabilitation for traumatic brain injury: a survey study. BI 2021; 35 (11): 1358-70.
14. Valenti-Hein D, Yarnold P, Mueser K. Evaluation of the Dating Skills Program for Improving Hetero Social Interactions in People with Mental Retardation. BM 1994; 18 (1): 32-46.
15. Poirier CS, Brendgen M, Girard A, Vitaro F, Dionne G, Boivin M. Friendship Experiences and Anxiety Among Children: A Genetically Informed Study. JCCAP 2016; 45 (5): 655-667.
16. Smit S, Mikami AY, Normand S. Effects of the Parental Friendship Coaching Intervention on Parental Emotion Socialization of Children with ADHD. RCAP 2022; 50(1): 101-115.
17. Harmelen AL, Gibson JL, St Clair MC, Owens M, Brodbeck J, Dunn V. Friendships and Family Support Reduce Subsequent Depressive Symptoms in At-Risk Adolescents. PO 2016; 11 (5): 1-20.
18. Buss AH, Perry M. The Aggression Questionnaire. JPCP 1992; 63 (2): 452-459.
19. Mohamadi N. Preliminary investigation of the psychometric indices of Bass and Perry's aggression questionnaire. JSHSSU 2006; 25 (4): 135-150. [Persian]
20. Russell D, Peplau LA, Cutrona CE. The revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and discriminant validity evidence. JPSP 1980; 39 (3): 472-480
21. Afshari A, Rezaei R. Prediction of social isolation based on emotional schemas, identity styles and early maladaptive schemas. KRAP 2018; 19 (1): 61-69. [Persian]
22. Hosseinkhazadeh AA, Lachinani F. Teaching social skills to children and teenagers. 1nd ed. Tehran; Roshde Farhang; 2010: 80-120.
23. Ashrafi M, Monjezi F. The effectiveness of communication skills training in reducing aggression among female high school students. RCBS 2013; 3 (1): 81-98. [Persian]
24. Allame, A, Shehni Yeelagh M, Hajiyakhchali A, Mehrabizade Honarmand M. The effect of pro social skills training on aggression and self-efficacy in peer interaction among students with aggressive behaviors. JEPS 2017; 14 (28): 169-206. [Persian]
25. Rezapour F, Hedayat zadeh F, Jomehri F. The effect of social skills training on children's aggression and anxiety. The second national conference on research and innovation in psychology with a special focus on cognitive and behavioral therapies; 2021 Feb 1-10; Babol, Iran. 2021: 852-859. [Persian]

26. Olaz FO, Medrano LA, Cabanillas G. Effectiveness of social skills training experiential method to strengthening social self efficacy of university students. IJPPT 2014; 14 (3): 379-396.
27. Mardoukhi D, Hashemi T, Khanjani Z. Effectiveness of emotional-social skills training in psychological distress and social isolation by moderating the coping styles in symptoms of depressed adolescents. SJPP 2023; 9 (6) :105-117. [Persian]
28. Borjali M, Borhani E. The effect of communication skills training on social anxiety and anger of abused and neglected adolescents in Tehran. SPR 2022; 11 (44): 165-182.
29. Ostavi E, Hossein Khazadeh A, Khosrojauid M, Mousavi V A. Effect of Befriending Skills Training on Increasing Social Behaviors in Children with Autism. MEJDS 2015; 5 (2) :298-306. [Persian]

The Effect of Dating Skills Training on Aggression and Social Isolation of female students

Moayed Nasrabadi Z¹, Gholam Mohammadi H², Azadi M³

1. M.A. in Family Counseling, Dept. of Counseling, Hekmat Razavi Institute of Higher Education, Mashhad, Iran.
2. Assistant Prof., Dept. of Psychology and Counseling, Imam Reza International University, Mashhad, Iran. (Corresponding Author), E-mail: hadi.gholammohamadi@imamreza.ac.ir. Tel: 09376175914.
3. Assistant Prof., Dept. of Psychology and Counseling, Hekmat Razavi Institute of Higher Education, Mashhad, Iran.

Received: 29 June 2024

Accepted: 17 March 2025

Introduction: Aggression and social isolation are childhood behavioral disorders that have adverse consequences on children's mental health and threaten their mental health. Therefore, it is necessary to use effective training to control these disorders. The purpose of this study was to determine the effect of dating skills training on aggression and social isolation of elementary school girls.

Materials and Methods: The current research was semi-experimental with a pre-test-post-test design with a control group. The research population was all fourth and fifth grade female students in Mashhad in the academic year of 1402-1403 (a total of 7000 student). The research sample included 30 students who were selected by multi-stage cluster random sampling method and were randomly divided into two experimental and control groups. The experimental group underwent 10 sessions of 60-minute dating skills training, and the control group did not receive any training. The tools used were Buss & Perry's aggression and Russell's social isolation questionnaires. The collected data were analyzed using multivariate covariance analysis in SPSS version 26 software.

Results: The results indicated a significant difference between the experimental group and the control group in the scores after the intervention in aggression ($F=22.075$, $P<0.001$) and social isolation ($F=5.009$, $P=0.034$), which showed; dating skills training has reduced aggression and social isolation in children ($P>0.05$).

Conclusion: Considering the effect of dating skills training on children's aggression and social isolation, it is recommended to psychologists, counselors and school administrators to take action in the field of dating skills training.

Keywords: Dating Skill, Aggression, Social Isolation, Female students

Please cite this article as follows:

Moayed Nasrabadi Z, Gholam Mohammadi H, Azadi M. The Effect of Dating Skills Training on Aggression and Social Isolation of female students. *Community Health Journal* 2025;18 (3):1-12.

Funding: This study did not have any funds.

Conflict of interest: None declared.

Ethical approval: The ethics committee of Ferdowsi University of Mashhad approve the study. (IR.UM.REC. 1402.255).