

بررسی تاثیر آموزش مهارت‌های ارتباطی بر میزان پرخاشگری و جرات مندی  
 دانش آموزان ششم ابتدایی

**The effect of communication skills on the level of aggressiveness and  
 assertiveness among grade six elementary students**

**Fatemeh Daryani**

M.Sc. in Psychology, Department of Psychology, Tabriz Branch, Islamic Azad University, Tabriz, Iran

**Dr Nastran Mansouriyeh \***

PHD in health psychology. Young Researchers And Elite Club, Tabriz Branch, Islamic Azad University, Tabriz, Iran.

*n.mansoreye1984@gmail.com*

**Dr Jalil Babapour**

Professor, Department of Psychology, University of Tabriz, Tabriz, Iran

**Abstract**

Communication has been one of the oldest achievements of human beings and aggression and lack of assertiveness are an obstacle to effective communication. Therefore, the purpose of this study was the effect of communication skills on the level of aggressiveness and assertiveness among grade six elementary students. The subjects the study are all grade six students (851 students) of Shout in 1396-1395. The target sample students are 120 grade six in which 60 students are placed in experimental group and 60 students in control group. The research instruments of the study consist of: 1) A questionnaire for aggression. 2) A questionnaire for assertion. The design of the study is quasi. Experimental and has practical objective. The difference between the pre-test and post-test scores of the two groups was significant on the assertiveness variable (Eta Squared =

فاطمه دریانی

کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه

آزاد اسلامی واحد تبریز

دکتر نسترن منصوریه (نویسنده مسئول)

دکتری روانشناسی سلامت، باشگاه پژوهشگران

جوان و نخبگان، واحد تبریز، دانشگاه آزاد اسلامی

دکتر جلیل باباپور

استاد دانشکده روانشناسی، دانشگاه تبریز

**چکیده**

ارتباط، یکی از قدیمی ترین دستاوردهای بشر بوده است و پرخاشگری و عدم جرات مندی مانع ارتباط موثر می باشد از این رو هدف از پژوهش حاضر بررسی تاثیر آموزش مهارت‌های ارتباطی بر میزان پرخاشگری و جرات مندی دانش آموزان ششم ابتدایی میباشد. از بین کلیه دانش آموزان پایه ششم شهرستان شوط در سال تحصیلی ۹۵-۹۶ که بر اساس اطلاعات اخذ شده تعداد آنها برابر با ۸۵۱ نفر بود. با استفاده از روش نمونه گیری در دسترس حجم نمونه ۶۰ نفر از دانش آموزان پایه ششم ابتدایی گروه آزمایش و ۶۰ نفر گروه کنترل در نظر گرفته شد. ابزار گردآوری اطلاعات پرسشنامه پرخاشگری و جرات مندی بود. این تحقیق از نوع آزمایشی و کاربردی بود. تفاوت نمره های پیش آزمون - پس آزمون دو گروه بر متغیر جرات مندی (۰/۹۸۲ = مجذور اتا،  $F = ۶۵۱۳/۹$  و  $P < ۰/۰۵$ ) معنی

0.982,  $F = 6513.9$ ,  $P < 0.05$ ), and The mean scores of the experimental group were significantly higher than the control group on the assertiveness variables (Eta Squared = 0.646,  $F = 213.9$ ,  $P < 0.05$ ).

The difference between the pre-test and post-test scores of the two groups was significant on the aggressiveness variable (Eta Squared = 0.987,  $F = 8897.3$ ,  $P < 0.05$ ), and The mean scores of the experimental group were significantly higher than the control group on the aggressiveness variable (Eta Squared = 0.603,  $F = 177.5$ ,  $P < 0.05$ ). Life skills

training the students decreases aggression 4 percent and increases assertiveness 4 percent. Results of the research analyzed by covariance and showed that training communicative skills has positive in enhancement of students daring. Training communicative skills has positive effect on decreasing grade six students aggressiveness.

**Key words:** communication skills, aggressiveness, assertiveness.

دار و میانگین نمره های گروه آزمایش در متغیر جرات مندی (۰/۶۴۶ = مجذوراتا،  $F = ۲۱۳/۹$  و  $P < /۰۰۵$ ) به طور معنی داری از گروه کنترل بیشتر است. تفاوت نمره های پیش آزمون - پس آزمون دوگروه بر متغیر پرخاشگری (۰/۹۸۷ = مجذوراتا،  $F = ۸۸۹۷/۳$  و  $P < /۰۰۵$ ) معنی دار و میانگین نمره های گروه آزمایش در متغیر پرخاشگری (۰/۶۰۳ = مجذوراتا،  $F = ۱۷۷/۵$  و  $P < /۰۰۵$ ) به طور معنی داری از گروه کنترل کمتر است. آموزش مهارت های زندگی میزان پرخاشگری دانش آموزان را ۴ درصد کاهش و میزان جرات ورزی آنان را ۴ درصد افزایش می دهد. نتایج به دست آمده از کواریانس و سایر روش های آماری نشان داد آموزش مهارت‌های ارتباطی بر میزان جرات مندی و کاهش پرخاشگری دانش آموزان ششم ابتدایی مؤثر بود.

**کلید واژه ها:** مهارت‌های ارتباطی، پرخاشگری، جرات مندی

## مقدمه

شاید بتوان گفت که ارتباط، یکی از قدیمی ترین و در عین حال، عالی ترین دستاوردهای بشر بوده است. ارتباط در گذشته و برای انسان اولیه، علاوه بر کارکردهایی که در جهت حفظ حیات و یاری گرفتن از دیگران داشته، زمینه ساز فعالیت های اجتماعی و سرآغازی بر زندگی اجتماعی نیز بوده است (بولتن، ۱۳۸۱). بسیاری از افراد در رویارویی با مسائل زندگی فاقد توانایی های لازم و اساسی هستند و همین امر آنها را در مواجهه با مسائل و مشکلات زندگی روزمره آسیب پذیر کرده است. (اسپنسر<sup>۱</sup>، ۲۰۰۶). روابط انسانی برای ارضای نیازهای اساسی ما ضروری اند. داشتن روابط مثبت و سالم با دیگران کلید رشد و کمال آدمی است (بابالویی و انصاری، ۱۳۹۶). مهارت‌های زندگی مجموعه ای از مهارتها و شایستگیهای فردی و گروهی می باشد که افراد برای زیستن در هزاره جدید به آن نیازمند میباشند. همزمان با یادگیری، تسلط و

<sup>1</sup> - Spencer

استقرار در این مهارتها فرد علاوه بر رسیدن به آرامش و تعادل در زندگی فردی و اجتماعی به ایفای نقش در زندگی خود میپردازد(لی و گو<sup>۱</sup>، ۲۰۱۳). پژوهشهای متعدد و گسترده ای تأثیر مثبت آموزش مهارتهای زندگی به ویژه مهارت های ارتباطی را در کاهش سوء مصرف مواد، پیشگیری از رفتارهای خشونت آمیز، تقویت اتکا به نفس، افزایش مهارت های مقابله با فشارها و استرسها، برقراری روابط مثبت و مؤثر اجتماعی نشان داده اند(کوشان، ۲۰۰۹).

پرخاشگری به عنوان یک مشکل جهانی در میان همه نوجوانان اعلام شده است و آن را مختص فرهنگ و جامعه خاصی نمی دانند. آنچه باعث توجه محققان به رفتار پرخاشگرانه شده است، آثار نامطلوب آن بر رفتار بین فردی و همچنین آثار ناخوشایند آن بر حالات درونی افراد است. نوجوانان پرخاشگر غالباً قدرت مهار رفتار خود را ندارند و رسوم و اخلاق جامعه ای را که در آن زندگی می کنند زیر پا می گذارند(کن نل لی، نستیتی، منسینی و همکاران، ۲۰۱۰). پژوهشگران پرخاشگری را دفاع کردن از حقوق خود به شیوه ای خصمانه می داند که هدف آن، گرفتن امتیاز از دیگران است. افراد پرخاشگر نیازها و خواسته های خود را از طریق تسلط، توهین و تحقیر دیگران برآورده کنند. یکی از علل پرخاشگری، کمبود مهارت های ارتباطی مناسب است که منجر به درگیری این کودکان در خانه و بروز مشکلات در برقراری ارتباط سازنده با همسالان میگردد که زمینه را برای بروز افت تحصیلی و اختلال های عاطفی فراهم میکند(عبداللهی بقر ابادی، ۱۳۹۴). کروسر<sup>۲</sup> و همکاران در مطالعه ای علل پرخاشگری در میان ۶۲۹ نفر دانش آموز دختر بررسی کردند و به این نتیجه رسیدند که رفتار پرخاشگرانه در بین افراد عجول، زود رنج و سلطه گر و رقابت طلب بیشتر دیده می شود. در نتیجه، با آموزش مهارت های ارتباطی می توان اضطراب را کاهش داد و حس نوع دوستی و همکاری ایجاد کرد و همچنین میزان پرخاشگری را در دانش آموزان کاهش داد (کروسر، اسچریبر، فیلد و کولبرت، ۲۰۰۹).

یکی از مهارتهای زندگی که تأثیر بسزایی در روند زندگی فردی و اجتماعی افراد دارد مهارت ابراز وجود میباشد. افراد فاقد جرأت ورزی نمیتوانند از حقوق خود دفاع کنند. بی جرأتی یعنی منفعل، پشیمان، ترسو بودن. به عبارتی، بیجرأتی یعنی اهمیت ندادن به نیازها و خواسته های خود و پذیرفتن خواسته های دیگران حتی اگر این خواسته به ضرر فرد باشد. درست به همان صورت که بی جرأتی یاد گرفته می شود رفتار جرأت مندانه نیز می تواند یاد گرفته شود و این

<sup>1</sup> - Lee & Gu

<sup>2</sup>- Crothers

امر توسط مهارت های جدید محقق می شود و در واقع جرات مندی جایگزین بی جرأتی می شود (باقری، میرزاییان وفخری، ۱۳۹۶). جرات مندی بهترین راه برای به دست آوردن روابط بین فردی متقابلا رضایت بخش است (حسین رضایی، یحیا زاده و پروین، ۱۳۹۳). ارتباط جرات مندانه گونه ای از ارتباط است که در آن هر احساسی بجز اضطراب ابراز شده و نتیجه آن رسیدن به اهداف و مقاصد شخصی بدون ضایع کردن حق دیگران است (حسین رضایی، یحیا زاده و پروین، ۱۳۹۳).

شواهد نشان می دهد دانش آموزان بخش اعظمی از زمان و تواناییهای هوشی و شناختی خود را صرف امور تحصیلی می نمایند و به این ترتیب از پرداختن به رشد اجتماعی-روانی خویش غافل می مانند که از این میان می توان به کسب مهارت های ارتباطی، تعاملات اجتماعی، حل مساله، تفکر نقاد و یا دیگر مهارتهایی را که نوجوانان و جوانان برای زندگی در اجتماع خارج از خانه و مدرسه به آن نیاز دارند، اشاره نمود. دانش آموزان با فرصتها و خطرات بطور توأم مواجهند، مهم آن است که به ایشان کمک شود تا از فرصتهای جدید با حداقل خطرات سود جویند. نکته مهم این است که همه مهارتهای زندگی قابل فراگیری هستند و در سرتاسر زندگی قابل گسترش و تکامل هستند. می توان با صرف وقت و تلاش مستمر، مهارتهای کارآمدتر زندگی را به خزانه تواناییهای نوجوانان افزود تا کنترل بیشتری بر زندگی خود داشته باشند (پاتل، هلیشر، هنتریک و مک گوری، ۲۰۰۷). با توجه به اینکه ادبیات و دانش در زمینه تاثیر آموزش مهارتهای ارتباطی بر پرخاشگری و جرات ورزی محدود می باشد و نیاز به مطالعات متعدد در زمینه یاد شده کاملا مشهود است، با توجه به مطالب یاد شده این سوال به نظر رسید که آیا با آموزش مهارتهای ارتباطی می توان بر میزان پرخاشگری و جرات مندی دانش آموزان تاثیر گذاشت؟

## روش

این تحقیق از نوع نیمه تجربی و از نظر هدف یک پژوهش کاربردی می باشد. جامعه آماری تحقیق حاضر عبارت از کلیه دانش آموزان پایه ششم شهرستان شوط در سال تحصیلی ۹۶-۹۵ می باشد که بر اساس اطلاعات اخذ شده تعداد آنها برابر با ۸۵۱ نفر می باشد. با در نظر گرفتن محدودیتهای مربوط به آموزش دانش آموزان، برای تعیین حجم نمونه از روش نمونه گیری در دسترس با استفاده از روش خوشه ای استفاده شد. ابتدا از بین مدارس پسرانه و دخترانه یک

مدرسه به صورت تصادفی ساده انتخاب شد سپس از بین کلاسهای ششم ابتدایی مدارس انتخاب شده یک کلاس به عنوان نمونه آماری انتخاب گردید و در نهایت تعداد ۶۰ نفر از دانش‌آموزان پایه ششم ابتدایی، برای حجم نمونه گروه آزمایش تعیین شد (۳۳ نفر از آنها پسر ۲۷ نفر دختر بودند) و ۶۰ نفر هم برای گروه کنترل در نظر گرفته شد.

#### ابزار مورد استفاده

**پرسشنامه پرخاشگری:** پرسشنامه پرخاشگری کباری (۱۳۸۷) دارای ۲۰ گویه میباشد. روایی این پرسش‌نامه توسط اساتید محقق تایید شده است. پایایی پرسشنامه پرخاشگری کباری بر اساس اعلام او برابر با ۰/۸۲ می‌باشد.

**پرسشنامه جرأت مندی:** پرسشنامه جرأت مندی توسط وجدان پرست (۱۳۸۹) اجرا شده است و پایایی پرسشنامه یاد شده توسط کبیری ۰/۸۹ اعلام شده است. برای ارائه آموزشهای مهارتهای ارتباطی از مدل تجدید نظر شده کوئین دام استفاده شده است. پایایی و روایی آزمون مربوط به آن که توسط پژوهشگران ایرانی بومی سازی شده در حد قابل قبول گزارش شده است (برنشتاین ترجمه سهرابی، ۱۳۷۷).

**مداخلات آزمایشی مهارت‌های ارتباطی طی ۱۰ جلسه** برای گروه آزمایش به اجرا درآمد. به این صورت که در هر هفته دو جلسه به مدت ۷۰ دقیقه برگزار میگردد و در پایان جلسه، پس از جمع‌بندی مطالب تکلیفی برای جلسه بعدی داده میشود. شرح جلسات به قرار زیر است:

جلسه اول: آشنایی و معرفی اولیه، بیان نکاتی درباره شیوه‌های ارتباط در جامعه، بیان اهداف.

جلسه دوم: آماده‌سازی و خاتمه‌ی یک ارتباط مفید، موانع ارتباط مؤثر، تشریح مدل ارتباطی. جلسه سوم: زبان غیرکلامی و تفسیر آن، خصوصیات فیزیکی و عوامل محیطی در ارتباط غیرکلامی.

جلسه چهارم: انواع گوش کردن، موانع گوش کردن، تسلط بر مهارت‌های گوش کردن حین رابطه.

جلسه پنجم: انعکاس احساسات و معانی، همدلی صوتی و دادن پاسخ قاطع اما انعطاف‌پذیر. جلسه ششم: انواع ابراز وجود، فواید و کارکردهای آن، شیوه‌ی برقراری ارتباط در اجتماع. جلسه هفتم: مراحل شش‌گانه‌ی ابراز وجود، پرورش قدرت «نه» گفتن.

جلسه هشتم: تعارض و انواع آن، روش‌های پیشگیری و مهار تعارض های شخصی و گروهی  
 جلسه نهم: روش حل مشارکت آمیز مسئله و کاربرد آن، تله های فرآیند حل مسئله.  
 جلسه دهم: صداقت، همدلی و عشق، طرح و اجرای تعهدنامه‌های برای بکارگیری مهارت‌های  
 ارتباطی

### یافته ها

اطلاعات مندرج در جدول شماره ۱ آماره های مربوط به نمرات جرات مندی گروه آزمایش و کنترل را در دو مرحله قبل از آموزش مهارت‌های ارتباطی و بعد از آن نشان می‌دهد و نتایج نشان می‌دهد که جرات مندی دانش‌آموزان به میزان ۴ درصد افزایش یافته است. آماره های مربوط به نمرات پرخاشگری گروه آزمایش و کنترل را در دو مرحله قبل از آموزش مهارت‌های ارتباطی و بعد از آن نشان می‌دهد. نتایج نشان می‌دهد که پرخاشگری دانش‌آموزان بعد از آموزش به میزان ۴ درصد کاهش یافته است. در جدول شماره ۲ نتایج تحلیل یکسان بودن شیب خط رگرسیون به عنوان پیش فرض تحلیل کواریانس آورده شده است. بر اساس نتایج مندرج، سطح معناداری سطر اثر متقابل ( $p = ۱/۳۶$ ) بزرگتر از ۰/۰۵ می باشد. بنابراین، تعامل بین شرایط آزمایشی و همپراش معنی دار نیست ( $F = ۲/۲۵$ ،  $p = ۱/۳۶$ ) یعنی اینکه شیب خط رگرسیون برای هر شرایط آزمایشی یکسان است و فرضیه همگنی رگرسیون پذیرفته می باشد. نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد تفاوت نمره های پیش آزمون - پس آزمون دو گروه بر متغیر جرات مندی ( $F = ۶۵۱۳/۹$  و  $P < ۱/۰۵$ ) معنی دار و میانگین نمره های گروه آزمایش در متغیر جرات مندی ( $F = ۰/۶۴۶$ ،  $P < ۱/۰۵$ ) معنی داری از گروه کنترل بیشتر است. در جدول شماره ۴ نتایج تحلیل یکسان بودن شیب خط رگرسیون به عنوان پیش فرض تحلیل کواریانس آورده شده است. بر اساس نتایج مندرج، سطح معناداری سطر اثر متقابل ( $p = ۷/۵۹$ ) بزرگتر از ۰/۰۵ می باشد. بنابراین، تعامل بین شرایط آزمایشی و همپراش معنی دار نیست ( $F = ۱/۰۹۵$ ،  $p = ۷/۵۹$ ) یعنی اینکه فرضیه همگنی رگرسیون پذیرفته می باشد. نتایج جدول ۵ نشان می‌دهد تفاوت نمره های پیش آزمون - پس آزمون دو گروه بر متغیر پرخاشگری ( $F = ۸۸۹۷/۳$  و  $P < ۱/۰۵$ ) معنی دار و میانگین نمره های گروه آزمایش در متغیر پرخاشگری ( $F = ۱۷۷/۵$ ،  $P < ۱/۰۵$ ) معنی داری از گروه کنترل کمتر است.

جدول شماره ۱: اطلاعات مربوط به نمرات جرات مندی و پرخاشگری در گروه آزمایش و کنترل به تفکیک قبل و بعد از آموزش مهارتهای ارتباطی

شرح آماره	گروه آزمایش(نمرات) جرات مندی)		گروه کنترل(نمرات) جرات مندی)		گروه آزمایش(نمرات) پرخاشگری)		گروه کنترل(نمرات) پرخاشگری)	
	قبل از آموزش	بعد از آموزش	قبل از آموزش	بعد از آموزش	قبل از آموزش	بعد از آموزش	قبل از آموزش	بعد از آموزش
میانگین	۱۰۲/۶	۱۰۶/۲	۱۰۲/۴	۱۰۲/۸	۷۹/۲	۷۵/۹	۷۹/۹	۷۹/۵
انحراف استاندارد	۱۰/۶	۱۱/۱۱	۱۱/۰۱	۱۰/۹	۱۲/۷	۱۲/۹	۱۲/۷	۱۲/۷
واریانس	۱۱۴/۳	۱۲۳/۵	۱۲۱/۲	۱۲۰/۵	۱۶۳/۵	۱۶۶/۵	۱۶۲/۸	۱۶۳/۵
کمترین	۸۵	۸۵	۸۴	۸۵	۵۱	۴۷	۵۰	۴۱
بیشترین	۱۲۷	۱۳۴	۱۲۶	۱۲۸	۱۰۳	۱۰۱	۱۰۱	۱۰۱

جدول ۲: نتایج تحلیل یکسان بودن شیب خط رگرسیون به عنوان پیش فرض تحلیل کوواریانس برای جرات مندی دانش آموزان

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	مقدار F	سطح معناداری
گروه پیش آزمون	۴/۸۴	۱	۴/۸۴	۲/۲۵	۰/۱۳۶
خطا	۲۴۹/۷	۱۱۶	۲/۱۵		
کل	۱۳۱۵۰۴۶/۰	۱۲۰			
کل	۱۳۱۵۰۴۶/۰	۱۲۰			

جدول ۳: نتایج آزمون تحلیل کواریانس نمرات جرات مندی آزمودنی‌ها

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجات آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنا داری	مجذورات انا
جرات مندی قبل از آموزش	۱۴۱۷۴/۱	۱	۱۴۱۷۴/۱	۶۵۱۳/۹	/۰۰۱	۰/۹۸۲
گروه	۴۶۵/۵	۱	۴۶۵/۵	۲۱۳/۹	/۰۰۱	۰/۶۴۶
خطا	۲۵۴/۵	۱۱۷	۲/۱۷			
مجموع	۱۳۱۵۰۴۶/۰	۱۲۰				

جدول ۴: نتایج تحلیل یکسان بودن شیب خط رگرسیون به عنوان پیش فرض تحلیل کواریانس برای پرخاشگری دانش‌آموزان

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F مقدار	سطح معناداری
گروه * پیش آزمون	۰/۲۱۶	۱	۰/۲۱۶	۰/۰۹۵	۰/۷۵۹
خطا	۲۶۵/۵	۱۱۶	۲/۲۸۹		
مجموع	۱۲۰				

جدول ۵: نتایج آزمون تحلیل کواریانس نمرات پرخاشگری آزمودنی‌ها

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجات آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنا داری	مجذورات انا
پرخاشگری قبل از آموزش	۲۰۲۰۹/۵	۱	۲۰۲۰۹/۵	۸۸۹۷/۳	/۰۰۱	/۹۸۷
گروه‌ها	۴۰۳/۳	۱	۴۰۳/۳	۱۷۷/۵	/۰۰۱	/۶۰۳
خطا	۲۶۵/۷	۱۱۷	۲/۲			
مجموع	۷۴۹۵۸۶/۰	۱۲۰				

## بحث و نتیجه گیری

هدف از مطالعه حاضر بررسی تاثیر آموزش مهارت‌های ارتباطی بر میزان پرخاشگری و جرات مندی دانش‌آموزان ششم ابتدایی بود. با توجه به اینکه تفاوت نمره‌های پیش‌آزمون - پس‌آزمون دوگروه بر متغیر جرات مندی معنی‌دار و میانگین نمره‌های گروه آزمایش در متغیر جرات مندی به طور معنی‌داری از گروه کنترل بیشتر است، می‌توان گفت آموزش مهارت‌های ارتباطی بر میزان جرات مندی دانش‌آموزان ششم ابتدایی تاثیر دارد. نتایج این تحقیق با نتایج آماندا و همکاران (۲۰۰۸)، بارتون-آرود و همکاران (۲۰۰۵)، حسین رضایی و همکاران (۱۳۹۳) و رحیمی و همکاران (۱۳۸۷) همسو می‌باشد. رحیمی (۱۳۸۷) همسو با نتیجه حاصل شده در پژوهش خود به این نتیجه رسیده است که آموزش جرأت‌ورزی باعث افزایش مهارت‌های اجتماعی، ابراز وجود و کاهش اضطراب اجتماعی می‌شود. مطالعات مختلفی در زمینه مهارت‌های ارتباطی مورد بررسی قرار گرفته است (باورز و همکاران، ۱۹۸۵). در مطالعات به این نتیجه دست یافتند که عواطف و احساسات چه از لحاظ شکل‌دهی و تأثیر بر برخوردها و چه از لحاظ حفظ و پایان دادن روابط، تأثیر قابل توجهی بر روابط میان‌فردی دارند. جرأت‌ورزی یکی از سازه‌های روانشناسی است که بر اساس نتایج تحقیقات بعمل آمده، می‌توان با مداخلات آموزشی و شناختی در آن تاثیر گذاشت که یافته‌های به دست آمده از پژوهش حاضر نیز همسو با یافته این مطالعه بود (فوجی، ۲۰۰۸).

تفاوت نمره‌های پیش‌آزمون - پس‌آزمون دوگروه بر متغیر پرخاشگری معنی‌دار و میانگین نمره‌های گروه آزمایش در متغیر پرخاشگری به طور معنی‌داری از گروه کنترل کمتر است، می‌توان گفت آموزش مهارت‌های ارتباطی در کاهش پرخاشگری دانش‌آموزان ششم ابتدایی مؤثر است. نتایج این تحقیق با نتایج تحقیق کروسر و همکاران (۲۰۰۹)، نقدی (۱۳۸۵) همسو می‌باشد. همچنین نتایج حاصله نشان می‌دهد پرخاشگری از مسائل مربوط به دوران نوجوانی است. همه روزه در مدارس، نوجوانانی مشاهده می‌شوند که به علت زد و خورد، دعوا و رفتارهای پرخاشگرانه، تنبیه انضباطی می‌شوند نوجوانان پرخاشگر معمولاً قدرت مهار خود را ندارند و رسوم و اخلاق جامعه‌ای را که در آن زندگی می‌کنند زیر پا می‌گذارند (الیس، ۱۹۹۸). نتایج پژوهشی نشان می‌دهد که بیشترین بروز و ظهور پرخاشگری در سنین نوجوانی است (کاپلان و سادوک، ۱۳۷۵). در تحقیقی با عنوان اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی بر

میزان پرخاشگری دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه نشان دادند که آموزش مهارتهای ارتباطی بر کاهش پرخاشگری دانش‌آموزان دختر دوره مؤثر بوده است (اشرفی و منجری، ۱۳۹۲) که همسو با یافته‌های پژوهش حاضر می‌باشد.

آموزش مهارتهای ارتباطی موجب بالارفتن پیشرفت تحصیلی میشود. گمبل در سال ۲۰۰۶ در پژوهش خود نشان داد که آموزش مهارتهای زندگی بر پیشرفت تحصیلی و انتقال موفقیت آمیز ایشان به محیط کار مؤثر است. اماندا (۲۰۰۸) از مطالعات خود نتیجه گرفت مهارتهای زندگی و ارتباطی می‌تواند در پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی افراد علی‌الخصوص دانش‌آموزان مؤثر باشد. یکی از نیازهای انسان احتیاجات روانی از قبیل احتیاج به ابراز خود می‌باشد که با آموزش مهارتهای ارتباطی می‌توان در تامین بخشی از نیازهای یاد شده افراد را کمک نمود و موجبات تامین بهداشت روانی افراد را فراهم نمود (بارتن، ۲۰۰۵).

نتیجه کلی که از اجرای تحقیق حاضر حاصل شد این بود: آموزش مهارتهای ارتباطی که در آن (مهارت گوش دادن، مهارت صحبت کردن، مهارتهای تعامل اجتماعی، مهارت ابراز احساسات، مهارتهای ارتباطی غیر کلامی، مهارت همکاری، مهارتهای رفتاری) به دانش‌آموزان آموزش داده می‌شود بر افزایش میزان جرات مندی دانش‌آموزان تأثیر دارد. همچنین آموزش مهارتهای ارتباطی بر کاهش پرخاشگری دانش‌آموزان ششم ابتدایی تأثیر دارد. در تبیین نتایج حاصل شده در این پژوهش، با در نظر گرفتن مباحث مطرح شده، دانش‌آموزانی که در کلاسهای آموزش ارتباطی شرکت داشتند به اهمیت مهارتهای ارتباطی پی بردند و مهارتهای برقراری ارتباط با دیگران را آموخته و آن‌ها را در رخدادها و ایستارهای گوناگون به کار گرفتند و شیوه‌های دست یافتن به مهارت اعتماد به نفس را پیش چشم و ذهن خود نشانده و آن را به کار بستند و برای خود الگوهای زمینی در دسترس شایسته و سرفراز انتخاب کردند، بنا براین مهارت ابراز وجود، جرات مندی و قاطعیت ورزی آنها آهسته اما پیوسته افزایش یافت. همچنین این دانش‌آموزان مهارتهای خوب گوش دادن، صحبت کردن، ابراز احساسات و مهارتهای رفتاری را آموختند، با ایجاد فضای صمیمانه از شدت برخوردهای خصمانه کاهش یافت و دانش‌آموزان علت پرخاشگری خود را یافته و با ابراز درست احساسات و صحبت کردن به صورت منطقی خشم خود را کنترل کردند. از محدودیت‌های تحقیق حاضر نمونه‌گیری در دسترس، استفاده از پرسش‌نامه‌های خود سنجی و محدودیت نمونه‌گیری در یک شهرستان می‌باشد لذا پیشنهاد

می شود این پژوهش در نمونه بزرگ تر و در شهرستان های دیگر اجرا شود و از سایر ابزار پژوهشی چون مصاحبه و مشاهده و در سنین مختلف و در مقطع دیگر نیز استفاده شود.

## منابع

- اشرفی، مهناز و منجزی، فرزانه (۱۳۹۲). اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی بر میزان پرخاشگری دانش آموزان دختر دوره متوسطه مجله پژوهش‌های علوم شناختی و رفتاری، ش ۴، ص ۸۱-۹۸.
- بابالویی، علیرضا و انصاری شهیدی، مجتبی (۱۳۹۶). اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی بین فردی بر خودکارآمدی کارکنان بانک. مجله پیشرفت‌های نوین در علوم رفتاری، دوره دوم، شماره دهم، صفحات ۱۶-۳۹
- باقری، خدیجه؛ میرزاییان، بهرام؛ فخری، محمد کاظم (۱۳۹۶). اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی (کنترل خشم، جرأت‌ورزی و ارتباط مؤثر) بر سرسختی و راهبردهای مقابله‌ای نوجوانان بی سرپرست. مجله ایده‌های نوین روانشناسی، دوره اول، شماره دوم، ص ۵۵-۶۲.
- برنشتاین، فیلیپ اچ، برنشتاین، ماری تن (۱۳۷۷). شناخت و درمان اختلا‌ف‌های زناشوییناشویی درمانی؛ ترجمه حمید رضا سهرابی. تهران: موسسه خدمات فرهنگی رسا.
- بولتون، رابرت (۱۳۸۱). روان شناسی روابط انسانی (مهارت‌های مردمی)، ترجمه حمیدرضا سهرابی، تهران: انتشارات رشد.
- حسین رضایی، علی؛ یحیازاده، حسین؛ پروین، ستار (۱۳۹۳). اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباط مؤثر و جرأت‌مندی بر سازگاری اجتماعی دانشجویان علوم پزشکی. مجله روانشناسی و روان پزشکی شناخت سال اول، شماره ۳، ص ۱۵-۳۰.
- رحیمی، جعفر؛ بشلیده، کیومرث؛ حقیقی، جمال؛ مهربانی زاده هنرمند، مهنار (۱۳۸۷). بررسی تأثیر آموزش جرات‌ورزی بر مهارت‌های اجتماعی، اضطراب اجتماعی و ابراز وجود در دانش آموزان پسر سال اول مقطع متوسطه، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه اهواز.
- عبداللهی بقر ابادی، قاسم (۱۳۹۴). اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی بر پرخاشگری کودکان مبتال به اختلال پیش فعالی - نارسایی توجه. نواندیش سبز. سال نهم . شماره سی و شش .
- کاپلان، ه؛ سادوک، ب (۱۳۷۵). خلاصه روانپزشکی، علوم رفتاری روانپزشکی بالینی، ترجمه نصرت اله پورافکاری، جلد سوم، تهران: انتشارات شهر آب.
- کارتلیج، جی؛ میبلرن، جی. اف. (۱۳۷۲). آموزش مهارت‌های اجتماعی به کودکان، ترجمه محمد حسین نظری نژاد، مشهد: انتشارات آستان قدس رضوی.
- کبیری، رضا (۱۳۹۰). مهارت ابراز وجود، قاطعیت و جرأت‌مندی، [www. socialworkeriran. Com](http://www.socialworkeriran.com)
- کرمانی، میرجواد (۱۳۸۱). بررسی عوامل مؤثر در پایین بودن سطح مهارت‌های زندگی دانش آموزان ابتدایی استان آذربایجان شرقی، مجله چکیده نامه پژوهشی، سال اول، شماره ۱، ص ۱۵-۲۲.

## The effect of communication skills on the level of aggressiveness and assertiveness among

نقدی، علیرضا (۱۳۸۵). نقش محیط اجتماعی در پرخاشگری پسران و دختران ۱۶ تا ۲۶ سال، فصلنامه مطالعات روان‌شناختی، شماره ۲، ص ۷۶-۹۱.

- Amanda, W. H, Sterett, H. M., & Melissa, E. D. (2008). Improving the Social behavioral Adjustment of Adolescents: The Effectiveness of a Social skills Group intervention., *Journal of child and Family students*, 8(3): 527-539.
- Bowers, J. Metts, S. and Duncanson, W. 1985, Emotin and interpersonal commnicatio
- Barton- Awood, S., Morrow, L., Lone, k., Jolivet, K. (2005). Progect Improving Teachers Ability to Address students social Needs. *Educational and treatment of children*, 28,(4), 430.
- Connolly, J, Nocentini, A, Menesini, E, Pepler, D, Craig, w, Williams, T.S. (2010) Adolescent dating aggression in Canada and Italy: A cross-national comparison, *International Journal of Behavioral Development*, 34 (2): 98-105.
- Crothers, L. M, Schreiber, J. B, Field, J. E., Kolbert, J.B.(2009). Development and Measurement Through Confirmatory Factor Analysis of the Young Adult Social Behavior Scale (YASB): An Assessment of Relational Aggression in Adolescence and Young Adulthood, *Journal of Psychoeducational Assessment*, 27(1): 17-28.
- Ellis, A. (1998). *Anger, how to live with and without it*. New York: JAICO Publishing Co.
- Fauci A.S., Braunwald E., Kasper D.L., Hauser S.L., Lango D.L. Jarneson J.L., etal.(2008). *Harrison's principles of internal medicine*. 17th ed., New York, McgrawHill Compnies, PP 1899-903.
- Gamble, B. (2006) . *Teaching life skills for Student success : connecting education and careers*. Sep.vol ,81.
- Kooshan, M., 2009. *General social psychology book for nursing students*, Andishe Rafi .
- Lee, O.S. and Gu, M.O., 2013. The relationship between emotional intelligence and communication skill, clinical competence and clinical practice stress in nursing students. *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, 14, pp. 2749-2759.
- Patel, V; Flisher, A.J; Hetrick, S; McGorry, P. (2007). Mental health of young people: a global public health challeng. *The lancet*: 369(9569): 1302-13.
- Reynolds, W.M.; Miller, G.E.; Weiner, I.B. (2003). *Handbook of Psychology, Vol. 7: Educational Psychology*. John Wiley & Sons, LTD.
- Spencer, N.J. (2006). Social Equalization in Youth: Evidence from A Cross- Sectional British Survey. *The European Journal of Public Health*, 16(4), 368-375.