رویش روان شناسی، سال۱۴، شماره ۸، شماره پیاپی ۱۱۳، آبان ۱۴۰۴
Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal(RRJ),14(8), 2025

امکان‌سنجی بسته آموزشی مبتنی بر توانمندسازی دانش‌آموزان بر بهبود مهارت‌های پنج‌گانه اجتماعی نوجوانان دختر

The feasibility of educational package based on female students empowerment on improving the five social skills of adolescent girls

سمیرا قره ویسی
دانشجوی دکترای روان شناسی تربیتی، گروه روان شناسی، دانشکدهٔ ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه لرستان، خرم آباد، ایران.
دکتر حسن علی ویس کرمی (نویسنده مسئول)
دانشیار، گروه روان شناسی، دانشکدهٔ ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه لرستان، خرم آباد، ایران.
دکتر عزت اله قدم پور
استاد، گروه روان شناسی، دانشکدهٔ ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه لرستان، خرم آباد، ایران.

Samira Gharehvaisie
Ph.D. Student of Educational Psychology, Department of Psychology, Faculty of Literature and Humanities, Lorestan University, Khorramabad, Iran.
Dr. Hassan Ali Veiskarami *
Associate professor, Department of Psychology, Lorestan university, Khoramabad, Iran.
veiskarami.h@lu.ac.ir
Dr. Ezatolah Ghadampour
Professor, Department of Psychology, Faculty of Literature and Humanities, Lorestan University, Khorramabad, Iran.

چکیده

پژوهش حاضر با هدف امکان سنجی بسته آموزشی مبتنی بر توانمندسازی دانش‌آموزان بر مهارت‌های پنج‌گانه اجتماعی بود. روش پژوهش نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون - پس آزمون و گروه کنترل بود.. جامعهٔ پژوهش را کلیه دانش‌آموزان دختر متوسطه ناحیه ۲ آموزش و پرورش شهر سنندج در سال ۱۴۰۳-۱۴۰۲ تشکیل دادند که از بین آنها به صورت خوشه‌ای چندمرحله‌ای ۳۰ نفر به عنوان نمونه انتخاب شده و به طور تصادفی در گروه آزمایشی و گروه کنترل جایگذاری شدند. ابزارهای این پژوهش شامل پرسشنامه مهارت‌های اجتماعی (MESSY، ماتسون و همکاران، ۱۹۸۳) و بسته آموزشی مبتنی بر توانمندسازی دانش‌آموزان بود. برای تحلیل داده‌ها از روش تحلیل کوواریانس چند متغیری استفاده شد. نتایج نشان داد که با کنترل اثر پیش‌آزمون، بین میانگین مولفه‌های مهارت اجتماعی مناسب، رفتارهای غیر اجتماعی، پرخاشگری، برتری طلبی و روابط با همسالان در دو گروه آزمایش و کنترل تفاوت معناداری وجود دارد ($p<۰/۰۱$). با توجه به نتایج به دست آمده می‌توان از این بسته آموزشی به عنوان ابزاری جهت ارتقای مهارت‌های پنج‌گانه اجتماعی در مراکز آموزشی بهره برد.

واژه‌های کلیدی: *بسته آموزشی توانمندسازی، دانش‌آموزان، مهارت‌های پنج‌گانه اجتماعی.*

Abstract

The present study aimed to assess the feasibility of an educational package based on student empowerment for improving the five social skills. The research method was a semi-experimental design with a pre-test-post-test design and a control group. The research population consisted of all female high school students in District 2 of Sanandaj Education in 2023-2024, from which 30 people were selected as a sample through multi-stage clustering and randomly placed in the experimental group and the control group. The tools of this study included the Social Skills Questionnaire (MESSY, Matson et al., 1983) and an educational package based on empowering students. Multivariate analysis of covariance was used to analyze the data. The results showed that, after controlling for the pre-test effect, there was a significant difference between the means of appropriate social skills components, antisocial behaviors, aggression, dominance, and peer relationships in the experimental and control groups ($p<0.01$). According to the results obtained, this educational package can be used as a tool to improve the five social skills of adolescents in educational centers.

Keywords: *Empowerment Training Package, Five Social Skills, Students.*

نوع مقاله : پژوهشی | **دریافت : بهمن ۱۴۰۳** | **پذیرش: فروردین ۱۴۰۴** | **ویرایش نهایی: آبان ۱۴۰۴**

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-19]

مقدمه

مهارت‌های اجتماعی[1] در دوره نوجوانی اهمیت ویژه‌ای دارد. در این مرحله از زندگی، نوجوان به دنبال شناخت خود و جایگاهش در جامعه است و یادگیری این مهارت‌ها می‌تواند به او در ایجاد روابط سالم و ارتباطات مثبت یاری رساند (اکانائمه[2] و همکاران، ۲۰۲۲). مهارت های اجتماعی به مجموعه‌ای از رفتارهای اجتماعی آموخته شده گفته می‌شود که با شاخص شایستگی اجتماعی شناخته می‌شود. مهارت های اجتماعی از طریق محیط اجتماعی گسترده مانند روابط با همسالان تقویت شده و از واکنش اجتماعی نامناسب در دانش‌آموزان جلوگیری می‌کند (مولاسمانویچ[3] و همکاران، ۲۰۲۳). دانش‌آموزانی که مهارت‌های اجتماعی لازم را به خوبی فراگرفته‌اند، قادرند به راحتی با محیط خود سازگار شوند و از طریق برقراری ارتباط مؤثر با دیگران، از موقعیت‌های تعارض‌آمیز کلامی و فیزیکی دوری کنند. این دانش‌آموزان معمولاً رفتارهایی از خود بروز می‌دهند که به نتایج مثبت روانی-اجتماعی منجر می‌شود، مانند پذیرش توسط همسالان و ایجاد روابط مؤثر با دیگران (کیم[4] و همکاران، ۲۰۱۹). در مقابل، دانش‌آموزانی که این مهارت‌ها را کسب نکرده‌اند، ممکن است با اختلال‌های رفتاری مواجه شوند و از سوی همسالان پذیرفته نشوند. این افراد معمولاً در میان همسالان و بزرگ‌ترها محبوبیت کمتری دارند و در تعامل با معلمان و دیگر افراد حرفه‌ای دچار مشکل می‌شوند (کیز و شاپیرو[5]، ۲۰۱۹). بنابراین، نوجوانان با کسب مهارت اجتماعی، می‌توانند رفتار دیگران را درک و پیش بینی کنند، رفتار خود را کنترل کرده و تعاملات اجتماعی خود را تنظیم نمایند (سمیعی زفرقندی و زارع بیدکی، ۱۳۹۹).

یکی از متغیرهایی که می‌تواند مهارت‌های اجتماعی را تقویت کند، توانمندسازی[6] است (ابوالقاسمی و رهبر کرباسدهی، ۱۳۹۷). چرا که هدف عمده فرآیند توانمندسازی، ایجاد تغییرات مناسب در کلیه ابعاد و جوانب زندگی افراد، خانواده‌ها، گروه‌ها و اقشار اجتماعی است (عابدینی بلترک و رضاپور، ۱۳۹۹). توانمندسازی به معنای دادن قدرت یا اختیار به شخصی برای انجام عملی است (داندونا[7]، ۲۰۱۵) تا زمینه را برای خود ارزیابی، تصمیم‌گیری و بهبود مهارت‌های حل مسئله فراهم کند (جیاراج و سارگنت[8]، ۲۰۲۳). توانمندسازی دانش‌آموزان، مسیری برای کمک به آنها برای موفقیت در محیط‌های کاری پویا و مشارکتی و پیدا کردن هدف است تا ایجاد اعتماد به نفس برای انجام کارها و خوراهبری تقویت شود (بیسا[9] و همکاران، ۲۰۲۱). زمانی که دانش‌آموزان موفقیت‌های خود را در قالب کار گروهی ببینند، رقابت‌های فردی آنها کاهش یافته و همکاری و تعامل مثبت افزایش می‌یابد (سانگ[10] و همکاران، ۲۰۲۴). دسی و ریان[11] (۲۰۰۰) در نظریه انگیزش خودمختاری بیان می‌کنند که زمانی که دانش‌آموزان در فرآیند یادگیری خود احساس خودمختاری بیشتری داشته باشند، احساسات مثبت‌تری را تجربه می‌کنند. این احساس خودمختاری می‌تواند به کاهش رقابت‌های ناسالم و تمایلات برتری‌طلبی منجر شود. به عبارت دیگر، وقتی دانش‌آموزان در یادگیری خود آزادانه‌تر عمل کنند و انتخاب‌های بیشتری داشته باشند، نه تنها انگیزه بیشتری پیدا می‌کنند، بلکه روابط اجتماعی بهتری نیز با همسالان خود برقرار می‌کنند. همچنین بندورا[12] (۲۰۰۲) در نظریه شناخت اجتماعی خود معتقد است، تعاملات مثبت اجتماعی می‌توانند از طریق مشاهده و تقلید تقویت شوند. از آنجایی که آموزش مبتنی بر توانمندسازی دانش‌آموزان، تعاملات فعالانه و درگیری کنش‌گرانه را توصیه می‌کند و فرصتی مناسب برای مشاهده رفتار دیگران در طی دوره را فراهم می‌آورد، انتظار می‌رود آموزش توانمندسازی بتواند بر مهارت‌های اجتماعی دانش‌آموزان تاثیر مثبتی داشته باشد. در همین زمینه سادات و همکاران (۱۳۹۹)، در تحقیق خود نشان دادند که آموزش تربیت مثبت نگر (توانمند ساز) مدرسه محور، نمرات بهزیستی روان‌شناختی و اجتماعی را به طور معناداری افزایش داده است. در پژوهشی دیگر، رهبر کرباسدهی و همکاران (۱۳۹۷)، نشان دادند که آموزش گروهی برنامه توانمندسازی خودتنظیمی بر بهبود مهارت‌های اجتماعی دانش‌آموزان نارسا حساب تأثیر معناداری دارد. آلن و کوبیلای[13] (۲۰۲۵) در پژوهشی چنین گزارش کردند که توانمندسازی دانش‌آموزان، رفتارهای ضداجتماعی را کاهش داده و ضمن افزایش رفتارهای حمایتگرانه،

1. Social skills
2. Akanaeme
3. Mulaosmanovic
4. Kim
5. Keyes & Shapiro
6. Empowerment
7. Dandona
8. Jeyaraj & Sargent
9. Bessa
10. Sang
11. Deci & Ryan
12. Bandura
13. Alan & Kubilay

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-19]

به طور قابل ملاحظه ی بهزیستی اجتماعی - عاطفی آنها را بهبود می بخشد. گرینفیلد و هریس[1] (۲۰۲۴) در پژوهش خود نشان دادند که آموزش توانمندسازی باعث کاهش رفتارهای انزواطلبانه و افزایش مشارکت اجتماعی دانش‌آموزان می‌شود. اسمیت و آلن[2] (۲۰۲۳) در پژوهشی به این یافته رسیدند که توانمندسازی دانش‌آموزان تاثیر مثبتی در فرآیند اجتماعی شدن، تعاملات اجتماعی و توانایی‌های ارتباطی دانش‌آموزان دارد. لویس[3] و همکاران (۲۰۱۹) نیز در پژوهشی با موضوع رفتار مشکل‌ساز دانش‌آموزان کم توان، نشان دادند که توانمندسازی دانش‌آموزان و مدارس می‌تواند در زمینه آموزش‌های پیشگیری از رفتارهای نابهنجار اجتماعی همچون مواد مخدر، مناسب‌ترین گزینه باشد. کارنی[4] و همکاران (۲۰۱۸) در تحقیق خود با موضوع توانمندسازی دانش‌آموزان در مدرسه، نشان دادند که حمایت درک شده در مدرسه، پذیرش تنوع و وابستگی به مدرسه از عوامل کلیدی هستند که می‌تواند بستر توسعه سرمایه اجتماعی را در مدرسه افزایش دهد.

طبق جستجوهای انجام شده، بسته‌های آموزشی موجود در حوزه توانمندسازی یا متمرکز بر یک نظریه خاص هستند و یا دانش‌آموزان را محور قرار نداده‌اند، بر این اساس در این پژوهش بسته آموزشی‌ای طراحی گردید که محوریت خود دانش‌آموزان باشند. همچنین جدای از اینکه تاکنون چنین پژوهشی در جستجوهای انجام شده صورت نگرفته است، از یک سو، فقدان چارچوب نظام‌مند برای توانمندسازی دانش‌آموزان به گواه گسترش روزافزون آسیب‌های اجتماعی و تحصیلی (ترک تحصیل، فرار از مدرسه، اعتیاد، سرقت، خودکشی، تشکیل گروه‌های معارض، عدم پیشرفت مناسب در تحصیل وغیره) به ویژه در سال‌های اخیر در بین دانش‌آموزان دوره متوسطه و از سویی دیگر مزایای استفاده مطلوب از مهارت‌های اجتماعی برای ایمنی اجتماعی، سلامت روانی و در بسیاری موارد، رفاه شغلی (سگرین و گیورتز[5]، ۲۰۱۹) و اهمیت این مهارت‌ها به عنوان عامل کلیدی در فرآیند اجتماعی شدن و سازگاری اجتماعی، پژ.هش حاضر با هدف امکان‌سنجی بسته آموزشی مبتنی بر توانمندسازی دانش‌آموزان بر بهبود مهارت‌های پنج‌گانه اجتماعی نوجوانان دختر صورت گرفت.

روش

پژوهش حاضر نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون و گروه کنترل بود. جامعهٔ آماری پژوهش را کلیه دانش‌آموزان دختر متوسطه (اول و دوم) ناحیه ۲ آموزش و پرورش شهر سنندج در سال ۱۴۰۳-۱۴۰۲ تشکیل دادند که از بین آنها به صورت تصادفی به روش خوشه‌ای چندمرحله‌ای ۳۰ نفر به عنوان نمونه انتخاب شده و به طور تصادفی در دو گروه آزمایشی و کنترل جایگذاری شدند. تحصیل در دوره متوسطه، جنسیت دختر، حضور در جلسات آموزشی، تمایل به تداوم همکاری و تکمیل پرسشنامه‌ها به عنوان ملاک ورود و غیبت بیش از یک جلسه در جلسات آموزشی به عنوان معیار خروج از پژوهش در نظر گرفته شد. گروه آزمایشی طی ۷ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای تحت آموزش‌های مبتنی بر توانمندسازی قرار گرفتند اما گروه کنترل طی این مدت هیچگونه آموزشی دریافت نکردند. پیش از شروع جلسات به تمامی افراد شرکت کننده، اهداف پژوهش تبیین گردیده و به آنها اطمنان داده شد نتایج پژوهش به صورت کلی و گروهی گزارش می‌شود. همچنین از آنها خواسته شد کاملا اختیاری و در صورت رضایت درونی وارد پژوهش گردند. پس از پایان جلسات و جمع‌آوری پرسشنامه‌ها، داده‌ها توسط نرم‌افزار آماری $SPSS_{25}$ و به روش تحلیل کوواریانس چند متغیری مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

ابزار سنجش

پرسشنامه مهارت‌های اجتماعی[6] (MESSY): این پرسشنامه توسط ماتسون[7] و همکاران در سال ۱۹۸۳ ساخته شده و دارای ۶۲ گویه بود که در رواسازی داخل کشور به ۵۶ گویه کاهش یافت (یوسفی و خیّر، ۱۳۸۱). هدف آن سنجش مهارت‌های اجتماعی در پنج بعد مهارت‌های اجتماعی مناسب[8] (۱۶ گویه)، رفتارهای غیر اجتماعی[9] (۱۱ گویه)، پرخاشگری و رفتارهای تکانشی[10] (۱۲ گویه)، برتری طلبی و اطمینان زیاد به خود داشتن[11] (۶ گویه) و رابطه با همسالان[12] است (۹ گویه). نمره‌گذاری این ابزار در یک طیف لیکرت پنج درجه‌ای

1. Greenfield & Harris
2. Smith & Allen
3. Lewis
4. Carney
5. Segrin & Givertz
6. Matson Evaluation of Social Skill with Youngsters
7. Matson
8. Approporiate Social Skills
9. Inappropriate Assertiveness
10. Impulasive/ Recalcitrant
11. Overconfident
12. Jealousy/ Withdrawal

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-19]

(کاملا مخالف: ۱؛ مخالف: ۲؛ نظری ندارم: ۳؛ موافق: ۴ و کاملا موافق: ۵) انجام می‌شود. حداقل نمره احتمالی مکتسبه برابر با ۵۶ و حداکثر نمره احتمالی مکتسبه هر فرد برابر با ۲۸۰ است که هر چه نمره بالاتر به معنای مهارت‌های اجتماعی بهتر است. ماتسون و همکاران (۱۹۸۳) روایی ابزار را با تحلیل عاملی اکتشافی بررسی و مورد تایید قرار داده و پایایی آن را مطلوب گزارش کردند. در داخل کشور نیز، یوسفی و خیّر (۱۳۸۱) ضریب عاملی گویه‌های این ابزار را بین ۰/۳۲ تا ۰/۷۱ و مطلوب گزارش کرده و تعداد گویه‌ها را از ۶۲ به ۵۶ کاهش دادند. همچنین پایایی آن را به دو روش ضریب آلفای کرونباخ و ضریب تنصیف به ترتیب برای مهارت‌های اجتماعی مناسب (۰/۸۲ و ۰/۸۱)، رفتارهای غیر اجتماعی (۰/۸۱ و ۰/۸۴)، پرخاشگری و رفتارهای تکانشی (۰/۷۰ و ۰/۷۱)، برتری طلبی و اطمینان زیاد به خود داشتن (۰/۳۹ و ۰/۵۵) و رابطه با همسالان (۰/۶۸ و ۰/۷۴) گزارش کردند که در نهایت پایایی کل پرسشنامه به دو روش ضریب آلفای کرونباخ و ضریب تنصیف به ترتیب ۰/۸۵ و ۰/۸۶ گزارش شد. در پژوهش حاضر نیز، ضریب آلفای کرونباخ برای زیر مقیاس‌ها به ترتیب برابر با ۰/۸۵، ۰/۸۲، ۰/۸۱، ۰/۸۱ و ۰/۸۲ و برای کل مقیاس ۰/۸۴ به دست آمد.

بسته آموزشی مبتنی بر توانمندی دانش‌آموزان[1] (EPBSE): طبق بررسی‌های صورت گرفته مفروضه‌های توانمندسازی از ادبیات موجود استخراج شد و کتاب "دانش‌آموزان خود را توانمند کنید" (پوروسوف و وینستین[2]، ۲۰۱۸)، به عنوان کامل‌ترین منبع دربرگیرنده مفاهیم توانمندسازی در نظر گرفته شد. پس از تهیه و ترجمه کتاب، محتوای ترجمه شده به تایید اساتید رشته زبان انگلیسی رسیده و سپس در اختیار ۷ تن از اساتید گروه روان‌شناسی قرار گرفت، پس از تایید اساتید گروه روان‌شناسی به عنوان یک مداخله منسجم طراحی شده و مورد بهره‌برداری قرار گرفت. یادآور می‌شود، محتوای تدوین شده بر روی ۶ تن از دانش‌آموزان اجرا شد تا ضمن تسلط بیشتر، اصلاحات احتمالی مورد بررسی قرار گیرد. روایی محتوایی لاوشه[3] برابر با CVR^4=۰/۸۳ و روایی محتوایی والتز و باسل[5] CVI^6=۰/۹۲ به دست آمده و مورد تایید قرار گرفت. محتوای جلسات بسته آموزشی توانمندسازی دانش‌آموزان آمده است.

جدول ۱. خلاصه محتوای جلسات آموزش توانمندسازی دانش آموزان

عنوان جلسه	شرح جلسه
جلسه اول: مقدمه/ معرفی بسته و شرح کار	بازسازی چارچوب مدرسه به منظور توانمندسازی دانش‌آموزان، تعریف و میزان ارزش توانمندسازی، ارزش‌ها در مقابل اولویت‌ها، ارزش‌ها در مقابل اهداف، عمل براساس ارزش‌ها، ایجاد اعتماد، حرکت به سمت علم توانمندسازی
جلسه دوم: ارتقای مهارت گفتگو با دانش آموزان	ارزیابی اثربخشی رفتار، حرکت از کارایی به تغییر، گفتگو در مورد تغییر، کمک به دانش‌آموزان در انتخاب ارزش‌ها و رفتارهای سازگار، سوالاتی برای تشویق گفتگو درباره تغییر، چگونه تغییر با ارزش‌های شما مطابقت دارد؟، از گفتگو با دانش‌آموزان تا مشارکت با والدین
جلسه سوم: توانمندسازی مشارکت والدین در مدرسه	ارزیابی مناسب عمل، توانمندسازی رفتار نامناسب، توصیف توانمندسازی برای والدین، تشویق برنامه توانمندسازی، انعطاف‌پذیری در والدین
جلسه چهارم: توانمندسازی همکاران در مدرسه (معلمان و کادر)	داشتن گفتگوهایی سازنده، درک رفتار با توجه به بافت، همکاری برای درک رفتار دانش‌آموزان، چه چیزی مدرسه را برای دانش‌آموز معنادار می‌کند؟، بحث در مورد رفتارهای دانش‌آموزان موفق
جلسه پنجم: توانمندسازی برنامه درسی	توانمندسازی دروس ادبیات، علوم، فناوری، ریاضیات (STEM)، تربیت بدنی و هنر- برنامه درسی عاملی برای افزایش آگاهی از ارزش‌ها، چرایی اهمیت یک موضوع برای دانش‌آموز
جلسه ششم: ارزیابی توانمندسازی دانش آموزان	جمع‌آوری داده‌های مناسب، کار علمی دانش‌آموزان، آمادگی و مشارکت دانش‌آموزان، خودارزیابی دانش‌آموزان از کار علمی، خودگزارشی دانش‌آموز درباره ارزش‌ها ور رفتارهای سازگار، ارزیابی اثربخشی

1. Educational Package Based on Student Empowerment
2. Porosoff & Weinstein
3. Lawshe
4. Content Validity Ratio
5. Waltz & Bausell
6. Content Validity Index

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-19]

جلسه هفتم: توانمندسازی خود (خود ارزیاب/ معلم)	الگو بودن معلم، طراحی برنامه درسی سازگار با ارزش‌ها، همکاری مبتنی بر ارزش‌ها با دیگر همکاران، توسعه حرفه‌ای خویش در زمینه ارزش‌ها، توانمند کردن خود

یافته ها

اطلاعات جمعیت‌شناختی نمونه نشان داد که میانگین و انحراف استاندارد سن مشارکت کنندگان گروه آزمایشی به ترتیب برابر با ۱۵/۷۳ و ۱/۶۶ و در گروه کنترل برابر با ۱۵/۵۳ و ۱/۵۰ بود. همچنین پراکنش پایه تحصیلی در گروه آزمایشی شامل ۱۳/۳۰ درصد پایه هفتم، ۱۳/۳۰ درصد پایه هشتم، ۱۳/۳۰ درصد پایه نهم، ۲۰/۰۰ درصد پایه دهم، ۲۶/۷۰ درصد پایه یازدهم و ۱۳/۳۰ درصد پایه دوازدهم بود. در گروه کنترل نیز پراکنش به صورت ۶/۷۰ درصد پایه هفتم، ۲۰/۰۰ درصد پایه هشتم، ۲۶/۷۰ درصد پایه نهم، ۲۰/۰۰ درصد پایه دهم، ۱۳/۳۰ درصد پایه یازدهم و ۱۳/۳۰ درصد پایه دوازدهم بود. در ادامه، با استفاده از روش‌های آمار توصیفی، نتایج داده های بدست آمده از متغیرهای پژوهش و مداخله توصیف شده‌اند. سپس پیش فرض‌های آماری لازم شامل آزمون شاپیرو- ویلک جهت بررسی نرمال بودن توزیع نمرات گروه نمونه در جامعه، آزمون لوین جهت بررسی برابری واریانس‌ها و آزمون همگنی شیب رگرسیون تحلیل گردیدند. در نهایت فرضیه‌های پژوهش با روش آماری تحلیل کواریانس تک متغیری (آنکوا) و تحلیل کواریانس چند متغیری(مانکوا)، مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

در جدول ۱ شاخص های توصیفی شامل میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش آورده شده است.

جدول ۲. میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش

متغیر		پیش آزمون		پس آزمون		آزمون شاپیرو- ویلک	
		میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد	آماره	معنی‌داری
مهارت‌اجتماعی مناسب	آزمایش	۲۹/۹۳	۸/۸۷	۴۱/۴۰	۹/۲۰	۰/۹۱۶	۰/۱۷۰
	کنترل	۳۱/۵۳	۱۰/۲۵	۳۱	۹/۹۳	۰/۹۰۰	۰/۰۹۶
رفتارهای غیر اجتماعی	آزمایش	۳۵/۹۳	۸/۳۹	۲۵/۳۳	۸/۷۹	۰/۹۲۴	۰/۲۲۵
	کنترل	۳۰/۸۰	۶/۶۶	۳۰/۲۶	۷/۴۱	۰/۹۳۲	۰/۲۹۷
پرخاشگری	آزمایش	۳۴/۴۶	۵/۹۲	۲۳/۵۳	۸/۴۰	۰/۹۶۵	۰/۷۷۲
	کنترل	۳۵/۸۰	۱۰/۷۳	۳۷/۸۶	۱۰/۹۴	۰/۸۹۷	۰/۰۸۵
برتری طلبی	آزمایش	۲۱/۱۳	۴/۶۷	۱۴/۷۳	۳/۵۵	۰/۹۳۹	۰/۳۶۸
	کنترل	۱۸/۰۶	۵/۰۳	۱۸/۲۰	۴/۵۸	۰/۹۲۱	۰/۲۰۳
روابط با همسالان	آزمایش	۱۷/۲۰	۴/۷۶	۲۸/۱۳	۵/۰۵	۰/۹۶۴	۰/۷۶۳
	کنترل	۱۹/۶۶	۵/۲۰	۱۹/۱۳	۶/۰۴	۰/۹۴۷	۰/۴۷۴

همان‌طور که در جدول ۲ مشاهده می‌شود، در پیش‌آزمون میانگین نمرات مهارت‌های پنج‌گانه اجتماعی در ۲ گروه، تفاوت چندانی وجود ندارد اما در پس‌آزمون میانگین نمرات گروه آزمایشی بر خلاف میانگین گروه کنترل، افزایش داشته است.

یکی از پیش‌فرض‌های استفاده از آزمون‌های پارامتریک، فرض نرمال بودن توزیع نمرات نمونه در جامعه است. پیش‌فرض نرمال بودن در صورتی رد می‌شود که احتمال تصادفی بودن تفاوت میان توزیع گروه نمونه و توزیع نرمال بودن نمرات در جامعه کمتر از ۰/۰۵ گردد. در این پژوهش برای آزمودن این فرضیه از آزمون شاپیرو- ویلک استفاده گردید. نتایج این آزمون نیز در جدول ۲ ارائه شده است. همانطور که در جدول ۲ مشخص است، سطح معنی‌داری به دست آمده در آزمون شاپیرو - ویلک، در متغیرهای پژوهش، بیش از مقدار ملاک ۰/۰۵ است، در نتیجه می‌توان گفت که توزیع متغیرهای مورد بررسی در نمونه آماری داری توزیع نرمال بوده و می‌توان فرضیه‌های پژوهش را از طریق آزمون‌های پارامتریک مورد آزمون قرار داد. در ادامه آزمون همگنی شیب رگرسیون برای مهارت‌های پنج‌گانه اجتماعی گرفته شد که مقادیر آن برای مولفه مهارت‌های اجتماعی مناسب (**F=** ۲/۶۶۵ و **P=**۰/۰۹۳)، رفتارهای غیر اجتماعی (**F=** ۱/۶۶۱ و **P=**۰/۲۱۴)، پرخاشگری (**F=** ۲/۶۳۸ و **P=**۰/۰۹۵)، برتری طلبی (**F=** ۰/۴۶۷ و **P=**۰/۶۳۳) و روابط با همسالان (**F=** ۰/۰۰۵ و **P=**۰/۹۹۵) به دست آمد. بنابراین، تعامل

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-19]

پیش‌آزمون‌ها و پس‌آزمون‌های مهارت‌های پنج‌گانه اجتماعی در گروه معنی دار نیست. به عبارت دیگر، فرض همگنی شیب رگرسیون رعایت شده است. برای بررسی پیش‌فرض همگنی ماتریس واریانس - کوواریانس مهارت‌های پنج‌گانه اجتماعی در گروه‌های مورد پژوهش نیز از آزمون ام‌باکس استفاده شد. نتایج آزمون ام‌باکس نشان داد شرط همگنی ماتریس واریانس –کواریانس به خوبی رعایت شده است (**BOX S M**=۱۴/۴۳۸ و **F** = ۰/۷۵۴ و **P**=۰/۵۲۴). برای بررسی پیش‌فرض برابری واریانس‌های مهارت‌های پنج‌گانه اجتماعی در گروه های مورد پژوهش نیز از آزمون لوین استفاده شد. فرض صفر برای برابری واریانس‌های نمرات دو گروه در مهارت‌های پنج‌گانه اجتماعی در پس آزمون تایید می‌شود. یعنی پیش‌فرض برابری واریانس‌های نمرات در دو گروه آزمایش و کنترل در مرحله پس‌آزمون برای مهارت‌های پنج‌گانه اجتماعی تایید شد (مهارت‌های اجتماعی مناسب، ۰/۱۳۰ = **F** و ۰/۷۲۱=**P**؛ رفتارهای غیراجتماعی، ۰/۳۰۲ = **F** و ۰/۵۸۷=**P**؛ پرخاشگری، ۰/۹۴۲ = **F** و ۰/۳۴۰=**P**؛ برتری طلبی، ۰/۰۳۷ = **F** و ۰/۸۴۹=**P** و روابط با همسالان، ۱/۸۱۳ = **F** و ۰/۱۸۹=**P**؛). با توجه به نتایج به دست آمده از آزمون‌های باکس، لوین و آزمون همگنی شیب رگرسیون، تحلیل کواریانس چند متغیری برای به دست آوردن نتایج استنباطی صورت گرفت. که نتایج به دست آمده در جدول ۳ قابل مشاهده است

جدول ۳. نتایج تحلیل کواریانس چند متغیری برای بررسی اثر بسته آموزشی مبتنی بر توانمندسازی دانش‌آموزان بر مهارت‌های پنج-گانه اجتماعی

آزمون	ارزش	F	درجه آزادی خطا	درجه آزادی فرضیه	سطح معنی داری	مجذور اتا
اثر پیلایی	۰/۹۳۵	۵۵/۱۱۴	۱۹	۵	۰/۰۰۱	۰/۹۳۵
لامبدای ویلکز	۰/۰۶۵	۵۵/۱۱۴	۱۹	۵	۰/۰۰۱	۰/۹۳۵
اثر هتلینگ	۱۴/۵۰۴	۵۵/۱۱۴	۱۹	۵	۰/۰۰۱	۰/۹۳۵
آزمون بزرگترین ریشه روی	۱۴/۵۰۴	۵۵/۱۱۴	۱۹	۵	۰/۰۰۱	۰/۹۳۵

همانطور که در جدول ۳ مشاهده می‌شود، سطوح معنی‌داری همه آزمون‌ها بیانگر آن هستند که بین آزمودنی‌های گروه آزمایش و گروه کنترل، دست کم از لحاظ یکی از متغیرهای وابسته (مهارت‌های پنج‌گانه اجتماعی) تفاوت معنی‌داری وجود دارد (P< ۰/۰۱). بنابراین برای پی بردن به این نکته که از لحاظ کدام یک از مهارت‌های پنج‌گانه اجتماعی بین دو گروه تفاوت وجود دارد، ۵ تحلیل کواریانس تک متغیری در متن تحلیل کواریانس چند متغیری انجام شد. نتایج حاصل در جدول ۴ گزارش شده است:

جدول۴. نتایج تحلیل کواریانس تک متغیری بر روی نمره‌های پس‌آزمون مهارت‌های پنج‌گانه اجتماعی در دو گروه

متغیر وابسته	منابع	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	آماره F	سطح معنی‌داری	اندازه اثر
مهارت اجتماعی مناسب	پیش آزمون	۷۴۹/۳۱۲	۱	۷۴۹/۳۱۲	۵۷/۸۸۵	۰/۰۰۱	۰/۶۳۱
	گروه	۷۶۲/۴۸۵	۱	۷۶۲/۴۸۵	۵۸/۹۰۳	۰/۰۰۱	۰/۷۱۹
	خطا	۲۹۷/۷۳۲	۲۳	۱۲/۹۴۵			
رفتارهای غیر اجتماعی	پیش آزمون	۴۰۷/۱۶۵	۱	۴۰۷/۱۶۵	۲۷/۹۸۳	۰/۰۰۱	۰/۴۸۷
	گروه	۴۲۴/۱۵۸	۱	۴۲۴/۱۵۸	۲۹/۱۵۱	۰/۰۰۱	۰/۵۵۹
	خطا	۳۳۴/۶۶۳	۲۳	۱۴/۵۵۱			
پرخاشگری	پیش آزمون	۵۳۹/۳۷۲	۱	۵۳۹/۳۷۲	۲۹/۶۹۸	۰/۰۰۱	۰/۶۷۱
	گروه	۵۶۴/۶۰۸	۱	۵۶۴/۶۰۸	۳۱/۰۸۷	۰/۰۰۱	۰/۵۷۵
	خطا	۴۱۷/۷۲۴	۲۳	۱۸/۱۶۲			
برتری طلبی	پیش آزمون	۵۴/۱۹۲	۱	۵۴/۱۹۲	۱۰/۰۱۸	۰/۰۰۳	۰/۳۰۱
	گروه	۵۷/۵۳۳	۱	۵۷/۵۳۳	۱۰/۶۳۶	۰/۰۰۳	۰/۳۱۶
	خطا	۱۲۴/۴۱۸	۲۳	۵/۴۰۹			
روابط با همسالان	پیش آزمون	۴۰۱/۱۹۸	۱	۴۰۱/۱۹۸	۴۵/۹۳۱	۰/۰۰۱	۰/۵۹۹

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-19]

گروه	۴۲۱/۱۲۰	۱	۴۲۱/۱۲۰	۴۸/۲۱۲	۰/۰۰۱	۰/۶۷۷
خطا	۲۰۰/۹۰۱	۲۳	۸/۷۳۵			

همانطور که در جدول ۸ نشان داده شده است، بین میانگین‌های نمرات مهارت اجتماعی مناسب، رفتارهای غیر اجتماعی، پرخاشگری، برتری طلبی و روابط با همسالان شرکت کنندگان بر حسب عضویت گروهی (گروه آزمایش و کنترل) در مرحله پس‌آزمون تفاوت معناداری وجود دارد($P<۰/۰۱$). بنابراین بسته آموزشی مبتنی بر توانمندسازی دانش‌آموزان موجب بهبود مهارت اجتماعی مناسب، رفتارهای غیر اجتماعی، پرخاشگری، برتری طلبی و روابط با همسالان دانش آموزان شده است. میزان تاثیر مهارت اجتماعی مناسب ۷۱/۹ درصد، رفتارهای غیر اجتماعی ۵۵/۹ درصد، پرخاشگری ۵۷/۵ درصد، برتری طلبی ۳۱/۶ درصد و روابط با همسالان ۶۷/۷ درصد در مرحله پس آزمون بوده است.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف امکان‌سنجی بسته آموزشی مبتنی بر توانمندسازی دانش‌آموزان بر بهبود مهارت‌های پنج‌گانه اجتماعی نوجوانان دختر صورت گرفت. نتایج نشان داد که بین میانگین‌های نمرات مهارت اجتماعی مناسب، رفتارهای غیراجتماعی، پرخاشگری، برتری طلبی و روابط با همسالان شرکت کنندگان بر حسب عضویت گروهی (گروه آزمایش و کنترل) در مرحله پس‌آزمون تفاوت معناداری وجود دارد. بنابراین بسته آموزشی مبتنی بر توانمندسازی دانش‌آموزان موجب افزایش مهارت اجتماعی مناسب و روابط با همسالان شده و همچنین رفتارهای غیر اجتماعی، پرخاشگری و برتری طلبی را کاهش داده است. یافته اول پژوهش نشان داد، آموزش توانمندسازی باعث افزایش مهارت‌های اجتماعی مناسب می‌شود. این یافته با نتایج پژوهش‌های سادات و همکاران (۱۳۹۹)، رهبرکرباسدهی و همکاران (۱۳۹۷)، آلن و کوبیلای (۲۰۲۵)، گرینفیلد و هریس (۲۰۲۴) اسمیت و آلن (۲۰۲۳) و کارنی و همکاران (۲۰۱۸) همسو بود. نظریه شناخت اجتماعی بندورا (۲۰۰۲) بر اهمیت تجربیات اجتماعی و مشاهده رفتار دیگران در توسعه مهارت‌های اجتماعی تأکید می‌کند. طبق این نظریه، انسان‌ها از طریق مشاهده و تقلید رفتارهای دیگران و تأثیرات آن بر محیط، یاد می‌گیرند چگونه رفتار کنند. این فرآیند یادگیری شامل دو جزء اصلی است: مشاهده و تقلید. در محیط‌های آموزشی و خانوادگی، که دانش‌آموزان فرصت بیشتری برای مشاهده رفتارهای اجتماعی دارند، این نظریه به‌طور ویژه‌ای اهمیت پیدا می‌کند. دانش‌آموزان می‌توانند مهارت‌های اجتماعی را از طریق مشاهده افراد مختلفی مانند معلمان، والدین و همسالان خود بیاموزند. با الگوگیری از رفتارهای مشاهده شده، رفتارهای مثبتی نظیر همکاری، همدلی و احترام به دیگران آموخته می‌شود. بندورا معتقد است که فرآیند یادگیری اجتماعی فراتر از تجربیات مستقیم فرد است و شامل یادگیری از مشاهدات دیگران نیز می‌شود (بندورا، ۲۰۰۲). بنابراین مشخص می‌شود توانمندسازی علاوه بر آموزش مستقیم، بلکه با فراهم آوردن گروهی کوچک طی آموزش‌ها، زمینه مشاهده رفتارهای جامعه پسند و تقلید و الگوگیری را فراهم می‌کند. علاوه بر آن، توانمندسازی دانش‌آموزان باعث افزایش اعتماد به نفس آنها می‌شود. وقتی دانش‌آموزان احساس می‌کنند که مهارت‌ها و دانش لازم را دارند، بیشتر به خود اعتماد می‌کنند و در موقعیت‌های اجتماعی بهتر عمل می‌کنند. این اعتماد به نفس به آنها اجازه می‌دهد تا به راحتی با دیگران ارتباط برقرار کنند و در گروه‌ها نقش فعالی داشته باشند. همچنین، توانمندسازی با تقویت همدلی و درک متقابل به دانش‌آموزان آموزش می‌دهد که چگونه احساسات و نیازهای دیگران را درک کنند و به آنها پاسخ دهند. این مهارت‌ها به ایجاد روابط اجتماعی قوی و پایدار کمک می‌کند. توانمندسازی به دانش‌آموزان کمک می‌کند که مهارت‌های مدیریت استرس و حل مسئله را توسعه دهند. این مهارت‌ها به آنها کمک می‌کند تا با مشکلات و چالش‌های اجتماعی به طور مؤثرتری مقابله کنند. به طور کلی، توانمندسازی دانش‌آموزان تأثیرات مثبتی بر مهارت‌های اجتماعی آنها دارد. این توانمندی‌ها به دانش‌آموزان کمک می‌کنند تا در تعاملات اجتماعی خود موفق‌تر و موثرتر عمل کنند و روابط مثبت و پایداری را با دیگران برقرار کنند (طاهری ورزنه، ۱۴۰۳). یافته بعدی نشان داد، آموزش توانمندسازی باعث کاهش رفتارهای غیراجتماعی دانش‌آموزان شده است. این یافته با نتیجه پژوهش آلن و کوبیلای (۲۰۲۵)، لویس (۲۰۱۹) و کارنی و همکاران (۲۰۱۸) همسو بود. از مزایای مهم بسته‌های آموزشی توانمندسازی، تمرکز بر تقویت مهارت‌هایی همچون حل مسئله، همکاری، و مدیریت تعارض است. این مهارت‌ها به دانش‌آموزان کمک می‌کنند تا در موقعیت‌های اجتماعی مختلف بهتر عمل کنند و قادر به ایجاد روابط مثبت و سازنده با همسالان و معلمان خود باشند. به طور خاص، تمرکز بر کار گروهی و تعاملات اجتماعی در بسته‌های آموزشی می‌تواند باعث افزایش اعتماد به نفس و خودآگاهی

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-19]

دانش‌آموزان شود (براون و لارسون[1]، ۲۰۲۴). همچنین، استفاده از فعالیت‌های گروهی در بسته‌های آموزشی توانمندسازی به دانش‌آموزان این فرصت را می‌دهد که مهارت‌های ارتباطی خود را در شرایط واقعی آزمایش کنند و از اشتباهات خود یاد بگیرند (گرینفیلد و هریس[2]، ۲۰۲۴). این نوع بسته‌های آموزشی به دانش‌آموزان ابزارهایی می‌دهند که به آن‌ها کمک می‌کند تا به شکل مؤثری با مسائل اجتماعی خود مواجه شوند و راه‌حل‌های خلاقانه‌ای پیدا کنند که در نهایت به بهبود روابط اجتماعی آن‌ها کمک خواهد کرد. پژوهشی توسط مرکز تحقیقات سیاست اقتصادی نشان داد که برنامه‌های توانمندسازی نوجوانان می‌توانند به کاهش حوادث انضباطی و رفتارهای ضد اجتماعی در مدارس کمک کنند. این برنامه‌ها با هدف قرار دادن نیازهای رفتاری نوجوانان و تقویت حس استقلال و جایگاه اجتماعی آنان، به بهبود رفتارهای دانش‌آموزان و شبکه‌های دوستی‌شان کمک کرده‌اند (کوبیلای و آلن[3]، ۲۰۲۴). به‌طور کلی، بسته‌های آموزشی توانمندسازی با ارائه مهارت‌های زندگی، خودکنترلی و تقویت اعتماد به نفس، به دانش‌آموزان کمک می‌کنند تا رفتارهای غیر اجتماعی را کاهش دهند. این برنامه‌ها با ایجاد محیط‌های حمایتی و ارائه فرصت‌های مشارکت، به دانش‌آموزان امکان می‌دهند تا نقش فعال‌تری در جامعه ایفا کنند و رفتارهای مثبت را تقویت نمایند. یافته بعدی نشان داد که آموزش بسته توانمندسازی در کاهش پرخاشگری اثرگذار است، این یافته با نتیجه پژوهش آلن و کوبیلای (۲۰۲۵)، گرینفیلد و هریس (۲۰۲۴) و اسمیت و آلن (۲۰۲۳) همسو بود. توانمندسازی به دانش‌آموزان این امکان را می‌دهد که به جای برخورد خشونت‌آمیز با موقعیت‌ها، راهکارهای مسالمت‌آمیزتر و مؤثرتری را بیابند. در این فرآیند، توجه به ارتقای مهارت‌های اجتماعی از جمله توانایی حل تعارض، ابراز نظر به شیوه‌ای محترمانه و پرورش همدلی در میان دانش‌آموزان می‌تواند اثرات مثبتی در کاهش رفتارهای پرخاشگرانه داشته باشد (لی، کیم و پارک[4]، ۲۰۲۵). علاوه بر این، توانمندسازی در محیط‌های آموزشی می‌تواند با کاهش احساس عدم کنترل و ناکامی که ممکن است منجر به رفتارهای پرخاشگرانه شود، به دانش‌آموزان کمک کند تا به شیوه‌های سالم‌تری با چالش‌ها و موقعیت‌های استرس‌زا برخورد کنند. بسته آموزشی می‌تواند با فراهم کردن فرصتی برای تعامل مثبت میان دانش‌آموزان و معلمان، فضای مدرسه را به محیطی سازنده و حمایتی تبدیل کند که در آن پرخاشگری کمتر دیده می‌شود (اسمیت و جونز[5]، ۲۰۲۳). در نتیجه، بسته‌های آموزشی مبتنی بر توانمندسازی دانش‌آموزان نه تنها به‌طور مستقیم پرخاشگری را کاهش می‌دهند، بلکه به‌طور غیرمستقیم محیطی مثبت‌تر و کارآمدتر برای یادگیری و رشد اجتماعی فراهم می‌آورند. این بسته‌ها، به‌ویژه در ترکیب با رویکردهای آموزشی فعال و تعاملی، می‌توانند تغییرات معنی‌داری در نگرش‌ها و رفتارهای دانش‌آموزان ایجاد کرده و در نهایت به کاهش سطح پرخاشگری و بهبود روابط اجتماعی در مدارس منجر شوند. یافته بعدی نشان داد، آموزش توانمندسازی باعث کاهش برتری طلبی می‌شود. این یافته با نتیجه پژوهش‌های آلن و کوبیلای (۲۰۲۵)، گرینفیلد و هریس (۲۰۲۴) و اسمیت و آلن (۲۰۲۳) همسو بود. از طرفی، توانمندسازی در آموزش به معنای فراهم آوردن شرایطی برای دانش‌آموزان است که آنها بتوانند در فرآیند یادگیری خود نقش فعال‌تری ایفا کنند. این فرآیند شامل ایجاد فرصت‌هایی برای خود ارزیابی، تصمیم‌گیری مستقل و بهبود مهارت‌های حل مسئله است (جیاراج و سارگنت، ۲۰۲۳). این امر باعث افزایش احساس کفایت در دانش‌آموزان می‌شود که به نوبه خود موجب بهبود خودباوری و کاهش نیاز به رقابت‌های سطحی و برتری‌طلبانه در بین آنها می‌گردد. یکی از نظریه‌های روان‌شناختی که در این زمینه قابل توجه است، نظریه انگیزش خودمختاری دسی و ریان (۲۰۰۰) است. بر اساس این نظریه، وقتی که دانش‌آموزان در فرآیند یادگیری خودمختاری بیشتری تجربه کنند، احساسات مثبت‌تری از خود خواهند داشت و رقابت‌های ناسالم و برتری‌طلبی کاهش خواهد یافت. به عبارت دیگر، بسته‌های آموزشی که توانمندسازی را در اولویت قرار می‌دهند، به دانش‌آموزان این فرصت را می‌دهند که بیشتر بر روی پیشرفت‌های فردی خود تمرکز کنند تا بر روی رقابت با دیگران. نکته مهم دیگر در این زمینه، توجه به فرهنگ آموزشی و ایجاد فضای مناسب برای این نوع یادگیری است. زمانی که معلمان و مربیان به جای تمرکز بر رقابت‌های فردی، فضای گروهی و همکاری‌های جمعی را در کلاس درس ایجاد کنند، این امر به تقویت مهارت‌های اجتماعی دانش‌آموزان و کاهش انگیزه‌های برتری‌طلبانه منجر خواهد شد. مطالعات اخیر نشان داده‌اند که زمانی که دانش‌آموزان یاد می‌گیرند که موفقیت‌های خود را در قالب یک تیم و گروه ببینند، رقابت‌های فردی در آنها کاهش یافته و به جای آن، همکاری و تعامل مثبت افزایش می‌یابد (سانگ و همکاران، ۲۰۲۴). همچنین نتایج نشان داد بسته آموزشی توانمندسازی بر روابط با همسالان تاثیر داشته است. این یافته با نتایج پژوهش‌های آلن و کوبیلای (۲۰۲۵)؛ گرینفیلد و هریس (۲۰۲۴) ؛ اسمیت و آلن (۲۰۲۳) و کارنی و همکاران (۲۰۱۸) همسو بود. طبق نظریه یادگیری اجتماعی بندورا، تعاملات مثبت اجتماعی می‌توانند از طریق مشاهده و تقلید

1. Brown & Larson
2. Greenfield & Harris
3. Kubilay & Alan
4. Lee, Kim & Park
5. Smith & Jones

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-19]

تقویت شوند. بسته‌های آموزشی مبتنی بر توانمندسازی با ایجاد فرصت‌هایی برای تعاملات گروهی و آموزش عملی مهارت‌های اجتماعی، زمینه‌ساز این یادگیری می‌شوند. زمانی که دانش‌آموزان در محیط‌هایی کار کنند که در آنها همکاری به جای رقابت تشویق شود، اعتماد بین آنها افزایش یافته و روابط سالم‌تری شکل می‌گیرد (جوهانسون و جوهانسون، ۲۰۲۴). مطالعات اخیر نشان داده‌اند که دانش‌آموزانی که در برنامه‌های توانمندسازی شرکت می‌کنند، تمایل بیشتری به همکاری، حل تعارض به روش‌های سازنده و برقراری ارتباط مؤثر با همسالان خود دارند. این برنامه‌ها اغلب از فعالیت‌های تعاملی مانند بازی‌های گروهی، پروژه‌های مشارکتی و بحث‌های گروهی بهره می‌گیرند که به دانش‌آموزان کمک می‌کند مهارت‌های بین‌فردی خود را تقویت کنند (پارک و همکاران، ۲۰۲۳). چنین فعالیت‌هایی باعث می‌شود که دانش‌آموزان بتوانند دیدگاه‌های مختلف را درک کرده و ارتباطات خود را بر پایه احترام و همدلی بنا کنند.

در مجموع پژوهش حاضر نشان داد که بسته آموزشی توانمندسازی دانش‌آموزان به عنوان یک مداخله کارآمد توانسته است مهارت‌های پنج‌گانه اجتماعی نوجوانان دختر را بهبود ببخشد. از این رو به پژوهشگران توصیه می‌شود در پژوهش‌های آتی از این بسته به عنوان مداخله درمانی و یا آموزش گروهی استفاده نمایند. جامعه آماری مختص دختران، محدود بودن به دوره تحصیلی متوسطه، فقدان مرحله پیگیری، استفاده از پرسشنامه به عنوان تنها ابزار سنجش از محدودیت‌های پژوهش بودند. در نتیجه پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی، چنین پژوهشی را جامعه دختران و پسران انجام داده و ضمن مقایسه، تعمیم پذیری آن نیز با اطمینان بیشتری انجام شود. همچنین پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی علاوه بر مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون مرحله پیگیری نیز وجود داشته باشد تا میزان ماندگاری اثربخشی در طول زمان نیز مورد سنجش قرار گیرد. در پایان پیشنهاد می‌شود، کارگاه‌های آموزشی و دوره‌های ضمن خدمت برای معلمان به منظور آشنایی با اهمیت این متغیرها و آموزش آنها به منظور تاثیرگذاری مناسب بر دانش‌آموزان برگزار شود.

منابع

رهبرکرباسدهی، ف.، ابوالقاسمی، ع. و رهبرکرباسدهی، ا. (۱۳۹۷). تأثیر آموزش مهارت‌های اجتماعی- هیجانی بر باورهای انگیزشی و راهبردهای یادگیری خودتنظیمی آموزان مبتلا به اختلال یادگیری خاص. *دوفصلنامه راهبردهای شناختی در یادگیری*. ۶ (۱۰)، ۵۵-۳۹. https://doi.org/10.22084/J.PSYCHOGY.2017.13048.1544

سادات، س.، واحدی، ش.، فنحی آذر، ا. و بدری گرگری، ر. (۱۳۹۹). اثربخشی مدل آموزش تربیت مثبت نگر (توانمندساز) مدرسه محور بر سطوح بهزیستی روان شناختی و اجتماعی دانش آموزان ابتدایی. *نشریه مطالعات آموزش و یادگیری*. ۱۲ (۱)، ۳۴۳-۳۱۳. https://doi.org/10.22099/JSLI.2020.5830

سمیعی زفرقندی، م. و زارع بیدکی، ل. (۱۳۹۹). رابطه محیط خانواده با مهارت‌های اجتماعی و حل مسئله دانش‌آموزان دختر دوره دوم متوسطه. *فصلنامه خانواده و پژوهش*. ۱۷(۴)، ۸۲-۶۱.

طاهری ورزنه، ا. (۱۴۰۳). توسعه مهارت‌های اجتماعی در دانش‌آموزان. *اختلالات جنسی و روانشناختی (روانشناسی مرضی با تاکید بر اختلال های جنسی)*. ۲(۳) ۲۰-۱.

عابدینی بلترک، م. و رضاپور، م. (۱۳۹۹). رابطه کمبودهای اجتماعی و مهارت فردی با توانمندسازی رفتاری در دانش‌آموزان دوره اول متوسطه شهر یزد. *مجله آموزش و سلامت جامعه*. ۷ (۴)، ۲۶۲-۲۵۷. https://doi.org/10.29252/jech.7.4.257

یوسفی، ف. و خیّر، م. (۱۳۸۱). بررسی پایایی و روایی مقیاس سنجش مهارت‌های اجتماعی ماتسون و مقایسه عملکرد دختران و پسران دبیرستانی در این مقیاس. *نشریه علوم اجتماعی و انسانی دانشگاه شیراز (ویژه نامه علوم تربیتی)*. ۱۸ (۲)، ۱۵۸-۱۴۷.

Akanaeme, I. N., Kalu, C. O., & Onyishi, C. N. (2022). Attribution Styles As Correlates Of Social Competence And Self-Esteem Of In-School Adolescents. *Webology*, 19 (3), 674-684.

Alan, S., & Kubilay, E. (2025). Empowering adolescents to transform schools: Lessons from a behavioral targeting. *American Economic Review*, *115*(2), 365-407.

Bandura, A. (2002). Social cognitive theory of mass communication. In J. Bryant & M. B., Oliver (Eds.), Media Effects: Advances in Theory and Research. 94 - 124. New York: wiley

Bessa, C., Hastie, P., Rosado, A., & Mesquita, I. (2021). Sport education and traditional teaching: Influence on students' empowerment and self-confidence in high school physical education classes. *Sustainability*, 13 (2), 578-592. https://doi.org/10.3390/su13020578

Brown, R., & Larson, J. (2024). Social skills development through empowerment-based education: Implications for school programs. *Journal of Educational Psychology*. 116 (3), 379-396. https://doi.org/10.1037/edu0000463

Carney, J. V., Liu, Y., & Hazler, R. J. (2018). A path analysis on school bullying and critical school environment variables: A social capital perspective. *Children and Youth Services Review*, *93*, 231-239. https://doi.org/10.1016./j.childyouth.2018.07.029

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-19]

Dandona, A. (2015). Empowerment of women: A conceptual framework. *The International Journal of Indian Psychology*, *2* (3), 35-45.

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "What" and "Why" of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. Psychological Inquiry, 11(4), 227-268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01

Greenfield, S., & Harris, M. (2024). The impact of social empowerment packages on adolescent peer relationships. *Journal of Social and Emotional Learning*, 12(2), 118-132. https://doi.org/10.1016/j.sel.2024.01.001

Jeyaraj, J., & Sargent, S. (2023). Empowerment in education: A pathway to self-confidence and reduced competitiveness among students. *International Journal of Educational Research*, 122, 101-114. https://doi.org/10.1016/j.ijer.2023.101114

Keyes, C. M & Shapiro, A. (2019). *Social Well- being in the U.S: A Descriptive Epidemology*. In orvill Brim, Carol D. Ryff & Ronald C. Kessler (Eds), Healthing Are you? A national study of well-being of Midlife. univwesity of Chicago press.

Kim, M. J., Doh, H. S., Hong, J. S., & Choi, M. K. (2011). Social skills training and parent education programs for aggressive preschoolers and their parents in South Korea. *Children and youth services review*, *33*(6), 838-845. https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2010.12.001

Kubilay, E., & Alan, S. (2024). Empowering Adolescents to Transform Schools: Lessons from a Behavioral Targeting. *The American Economic Review*.

Lee, J., Kim, H., & Park, S. (2025). The role of emotional self-regulation in aggression reduction among school children: The effectiveness of empowerment training. *Child Development Perspectives*, 19(2), 185-193. https://doi.org/10.1111/cdev.12345

Lewis, K. M., Schure, M. B., Bavarian, N., DuBois, D. L., Day, J., Ji, P., ... & Flay, B. R. (2013). Problem behavior and urban, low-income youth: A randomized controlled trial of Positive Action in Chicago. *American journal of preventive medicine*, *44*(6), 622-630. https://doi.org/10.1016/j.amepre.2013.01.030

Matson, J. L., Rotatori, A. F., & Helsel, W. J. (1983). Development of a rating scale to measure social skills in children: The Matson Evaluation of Social Skills with Youngsters (MESSY). *Behaviour Research and therapy*, *21*(4), 335-340. https://doi.org/10.1016/0005-7967(83)90001-3

Mulaosmanovic, N., Macanović, N., & Smolović, V. (2023). Social skills and aggressive behavior of adolescents. *International Review*, (1-2), 33.-38. https://doi.org/10.5937/intrev2302042M

Porosoff, L., & Weinstein, J. (2018). *Empower your students: Tools to inspire a meaningful school experience, grades 6-12*. Solution Tree Press.

Ritchhart, R., & Church, M. (2020). *The power of making thinking visible: Practices to engage and empower all learners*. John Wiley & Sons.

Sang, S., Lee, J., & Kim, T. (2024). Reducing competitive behavior through collaborative learning: The role of educational interventions. *Journal of Educational Psychology*, 116(3), 345-357. https://doi.org/10.1037/edu0000453

Segrin, C., & Givertz, M. (2019). Methods of social skills training and development. In: Greene J. O, Burleson B. R, editors. *Handbook of communication and social interaction skills*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.

Smith, A., & Allen, K. (2023). Empowerment-based programs in schools: Strengthening social competencies in youth. *Journal of School Psychology*, 88(4), 242-256. https://doi.org/10.1016/j.jsp.2023.06.002

Smith, J., & Jones, A. (2023). The impact of empowerment strategies on students' social skills development. *Educational Research Quarterly*, 49(2), 110-125.

Walsh, J. A. (2021). *Empowering students as questioners: Skills, strategies, and structures to realize the potential of every learner*. Corwin Press.

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-19]