رویش روان شناسی، سال۱۳، شماره ۹، شماره پیاپی ۱۰۲، آذر ۱۴۰۳
Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal(RRJ),13(9), 2024

اثربخشی برنامه آموزش گروهی شایستگی اجتماعی بر سازگاری اجتماعی و اضطراب دانش‌آموزان دختر دارای اختلال اضطراب اجتماعی

The effectiveness of social competence group training program on social adjustment and anxiety of Female students with social anxiety disorder

دکتر مختار ویسانی
استادیار، گروه علوم تربیتی، دانشگاه فرهنگیان، تهران، ایران.

Dr. Mokhtar Weisani
Assistant Professor, Department of Educational Sciences, Farhangian University, Tehran, Iran.
m.weisani@gmail.com

چکیده

پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی برنامه آموزش گروهی شایستگی اجتماعی بر سازگاری اجتماعی و اضطراب دانش‌آموزان دختر دارای اختلال اضطراب اجتماعی انجام شد. روش پژوهش نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون - پس آزمون با گروه کنترل و دوره پیگیری سه ماهه بود. جامعه آماری شامل تمامی دانش‌آموزان ۱۰ تا ۱۲ ساله دختر شهر سنندج بود که جهت انجام خدمات مشاوره به مرکز مشاوره و خدمات روان‌شناختی ویژه کودکان دارای اختلالات رفتاری و یادگیری در سال ۱۴۰۲ مراجعه کرده بودند. از این جامعه با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس ۳۰ نفر انتخاب و به صورت گمارش تصادفی در گروه آزمایش و کنترل (هر گروه ۱۵ نفر) جایگزین شدند. گروه آزمایش ۱۶ جلسه ۴۵ دقیقه‌ای تحت برنامه آموزش شایستگی اجتماعی قرار گرفت. ابزار اندازه‌گیری در این پژوهش پرسشنامه سازگاری اجتماعی (CSAS، ۱۹۹۳) و اضطراب (SCAS، ۱۹۹۸) بود. تحلیل داده‌های آماری با استفاده از روش تحلیل واریانس اندازه‌گیری مکرر صورت گرفت. یافته‌ها نشان داد که بین پیش آزمون و پس آزمون سازگاری اجتماعی و اضطراب در دو گروه آزمایش و گواه تفاوت معناداری در سطح ۰/۰۰۱ وجود داشت و همچنین بین میانگین پس آزمون و پیگیری در گروه آزمایش تفاوت معناداری در سطح ۰/۰۰۱ وجود نداشت و نتایج در دوره پیگیری حفظ شد. براساس نتایج پژوهش می‌توان گفت برنامه آموزش شایستگی اجتماعی روش مداخله‌ای مناسبی بر بهبود سازگاری اجتماعی و اضطراب دانش‌آموزان دختر دارای اختلال اضطراب اجتماعی است.

واژه‌های کلیدی: *سازگاری اجتماعی، شایستگی اجتماعی، اضطراب، دانش‌آموزان دختر.*

Abstract

The present study was conducted with the aim of determining the effectiveness of the social competence group training program on the social adjustment and anxiety of Female students with social anxiety disorder. The research method was semi-experimental with a pre-test-post-test design with a control group and a three-month follow-up. The statistical population includes all 10 to 12-year-old female students who referred to the counseling and psychological services center for children with behavioral and learning disorders in Sanandaj city for counseling services in 2022. Using sampling method, 30 people were available. They were selected and randomly assigned to the experimental and control groups (15 people in each group), and the experimental group underwent 16 sessions of 45 minutes under the social competence training program. The measurement tool in this research was Social Adjustment Questionnaire (CSAS) (1993) and Anxiety Questionnaire (SCAS) (1998). Statistical data analysis was done using repeated measurement variance analysis method. The findings showed that there was a significant difference at the level of 0.001 between the pre-test and the post-test of social adjustment and anxiety in the two experimental and control groups, and Also, there was no significant difference between the post-test and follow-up averages in the experimental group at the 0.001 level, and the results were maintained in the follow-up period. Based on the results of the research, it can be said that the social competence training program is a suitable intervention method to improve the social adaptation and anxiety of Female students with social anxiety disorder.

Keywords: *Social Adaptation, Social Competence, Anxiety, Female Students.*

نوع مقاله : پژوهشی | **دریافت : تیر ۱۴۰۳** | **پذیرش: مهر ۱۴۰۳** | **ویرایش نهایی: آذر ۱۴۰۳**

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-31]

مقدمه

اختلال اضطراب اجتماعی از شایع‌ترین نوع اختلالات در دوران کودکی و نوجوانی می‌باشد (تانگ[1] و همکاران، ۲۰۲۲). کودکان مبتلا به اختلال اضطراب اجتماعی به علت ارزیابی منفی که از خود دارند، اغلب دچار ادراک منفی از خویشتن هستند و ادراک مهارت‌های اجتماعی آنان ضعیف می‌باشد (لی[2] و همکاران، ۲۰۲۳). در واقع مهارت‌های اجتماعی دانش‌آموزان دختر با اختلال اضطراب اجتماعی معمولاً در مقایسه با همسالان عادی ضعیف است. همچنانکه امروزه دانش‌آموزان دختر نقش مهمی در سلامت جامعه امروز و آینده کشور دارند و سرمایه‌گذاری بر روی این گروه و ارتقاء سطح سلامت آن‌ها نیز یکی از مهمترین راهکارها جهت تحقق اهداف سازمان‌های بهداشتی محسوب می‌شود و توجه مضاعف به سازگاری و عملکرد اجتماعی این گروه آسیب‌پذیر قابل توجیه است (فارسی جانی و همکاران، ۱۴۰۱). مطالعات نشان می‌دهد که دختران با اختلال اضطراب اجتماعی از سازگاری اجتماعی پایینی برخوردار هستند (کریگزمن و وایلانکوت[3]، ۲۰۲۳). بر همین اساس از متغیرهای تأثیرگذار و مهم که می‌تواند ناکامی‌ها و مشکلات پیش روی کودکان را تحت الشعاع قرار دهد، سازگاری اجتماعی است (وایولی[4] و همکاران، ۲۰۲۴؛ زویکر[5] و همکاران، ۲۰۲۴). انسان همواره به عنوان موجودی اجتماعی در پی برقراری ارتباط با دیگران بوده است؛ تا به این ترتیب به سازگاری با محیط غلبه کند. در واقع سازگاری به معنای توانایی فرد برای تطابق با محیط اطراف خود تعریف می‌شود و دارای ابعاد مختلفی از جمله، اجتماعی، خانوادگی، عاطفی، بهداشتی، تحصیلی می‌باشد (تقی‌زاده ملک آباد و همکاران، ۱۴۰۲؛ باچم و کاسی[6]، ۲۰۱۸؛ لیران و میلر[7]، ۲۰۱۹). ضعف روابط اجتماعی که در زمینه سازگاری اجتماعی نامطلوب رخ می‌دهد؛ می‌تواند روی انگیزه و سلامت فرد تأثیر منفی بگذارد (عیسی‌زاده و همکاران، ۱۳۹۹).

همچنین دختران با اختلال اضطراب اجتماعی نسبت به همتایان عادی اضطراب بیشتری را تجربه می‌کنند (آلوز[8] و همکاران، ۲۰۲۲). اضطراب[9] از مسائل مهم در حوزه بهداشت فردی است که معمولاً بیشتر افراد جامعه با آن درگیر هستند و از شایع‌ترین اختلالات روانی محسوب می‌شود که احساس ناخوشایندی نسبت به خطری نامعلوم را تداعی می‌کند (هوروز[10] و همکاران، ۲۰۲۲؛ داوست[11] و همکاران، ۲۰۲۰). تجربه سطوح بالای اضطراب می‌تواند آسیب‌های فراوانی بر جسم، روان، حرفه، تحصیلات و روابط اجتماعی وارد کند و سبب محرومیت فرد از داشتن یک سلامت کیفی قابل قبول در زندگی شود. کسانی که از اضطراب رنج می‌برند، سازش یافتگی پایین‌تری را تجربه می‌کنند و معمولاً از راهبردهای مقابله‌ای مانند اجتناب و گریز از موقعیت استفاده می‌کنند. در واقع اضطراب تأثیر نامطلوبی بر عملکرد اجتماعی فرد می‌گذارد و سبب می‌شود تا افراد مضطرب در روابط بین فردی خود به ویژه با نزدیک‌ترین افراد، مشکلاتی را تجربه کنند (سلطانی و همکاران، ۱۴۰۲). مطالعات نشان می‌دهد که ۳۸ درصد از کشورهای جهان سوم و همچنین ۳۵ درصد از کشورهای توسعه یافته درگیر بیماری‌های روانی هستند (آرو[12] و همکاران، ۲۰۲۳). از این میان اختلال اضطرابی شایعترین مشکل بالینی دوران کودکی و نوجوانی است و تقریباً ۵ درصد کودکان، ملاک‌های تشخیصی اختلال اضطرابی را در طول دروان کودکی خود تجربه می‌کنند و بیش از ۲۰ درصد از افراد قبل از ۱۶ سالگی دارای مشکلات بالینی اضطرابی هستند (لوا[13] و همکاران، ۲۰۲۱؛ چابان[14] و همکاران، ۲۰۲۱).

امروزه مداخلات و بسته‌های آموزشی بصورت مثبتی توانسته‌اند به عنوان درمان‌های غیردارویی کارایی خود را در اکثر مطالعات و پژوهش‌ها به تأیید برسانند. در این میان مداخله شایستگی اجتماعی[15] شامل یادگیری مهارت‌های شناختی، رفتاری، هیجانی یا عاطفی و انگیزشی فرد می‌شود که که یکی از مهمترین جنبه‌های رشد در کودکان و نوجوانان است که در دراز مدت عملکرد روانشناختی و اجتماعی

1. Tang
2. Li
3. Krygsman & Vaillancourt
4 . Wahyuli
5. Zwicker
6. Bachem & Casey
7. Liran & Miller
8. Alves
9. Anxity
10. Horoz
11. Dowsett
12. Aro
13. Luo
14. Chaabane
15. Social competence

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-31]

فرد را پیش‌بینی می‌کند و مهارت‌هایی همچون مراقبت از خود، باری کردن دیگران و مراقبت از آن را در فرد را شامل می‌شود (فلنر و همکاران، ۱۹۹۰ به نقل از نعمتی و همکاران، ۱۴۰۲).

در مطالعه‌ای که فلاحتی (۱۳۹۸) انجام داد، نتایج حاکی از اثربخشی برنامه آموزش شایستگی اجتماعی بر سازگاری، رفتار کمک طلبی تحصیلی و سرزندگی تحصیلی دانش‌آموزان مبتلا به ناتوانی یادگیری بود. همچنین عباس تباربزرودی و همکاران (۱۳۹۶) دریافتند که بین نمره اضطراب، حل مسأله سازنده و حافظه کاری در کودکان گروه آزمایش در پس آزمون وگروه کنترل تفاوت معناداری وجود دارد و آموزش شایستگی هیجانی بر اضطراب، حل مسأله اجتماعی و حافظه کاری کودکان به عنوان مداخله‌ای مؤثر اثربخش است.

بنابراین با توجه به تأثیرات منفی قابل ملاحظه‌ای که افسردگی و اختلالات اضطرابی دوران کودکی بر عملکرد تحصیلی و اجتماعی و سلامت روانی و جسمانی فرد در همهٔ مراحل زندگی‌اش دارند و با در نظر داشتن هزینه‌های مادی و غیرمادی که این عوارض به همراه خواهند داشت، افزایش نرخ اختلالات اضطرابی گزارش شده، قابل بررسی بوده و انجام دادن اقدامات فوری و زودهنگام برای پیشـــگیری از این اختلالات، ضروری به نظر می‌رسد (کرسول[1] و همکاران، ۲۰۲۰). همچنین با توجه به اهمیت موضوع این اختلالات در میزان آشفتگی‌های بوجودآمده در روابط روزانه و آسیب‌های ناشی از آن در سلامت کلی کودکان بررسی موضوع ارزش دوچندان می‌یابد؛ بنابراین نیاز به بررسی و پژوهش‌های بیشتر بسته‌ها و مداخله‌های درمانی از جمله شایستگی اجتماعی بیشتر اهمیت می‌یابد. بر اساس مطالب مطرح شده در بالا، تاکنون مطالعه‌ای در داخل و خارج از کشور به تبیین اثربخشی برنامه آموزش گروهی شایستگی اجتماعی بر سازگاری اجتماعی و اضطراب دانش‌آموزان دختر نپرداخته است. لذا انجام این پژوهش دست آوردهای مهمی برای نظام روانشناسی کشور می‌تواند به دنبال داشته باشد. در نهایت هدف پژوهش حاضر تعیین اثربخشی برنامه آموزش گروهی شایستگی اجتماعی بر سازگاری اجتماعی و اضطراب دانش‌آموزان دختر بود.

روش

پژوهش حاضر نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون_ پس آزمون با گروه کنترل و دوره پیگیری سه ماهه بود. جامعه آماری شامل تمامی دانش‌آموزان دختر ۱۰ تا ۱۲ سال بود که از ۱ آذر ماه ۱۴۰۲ تا ۳۰ بهمن ماه ۱۴۰۲ از طریق فراخوان به مرکز مشاوره و خدمات روان‌شناختی ویژه کودکان دارای اختلالات رفتاری و یادگیری شهر سنندج جهت انجام خدمات مشاوره و شرکت در مطالعه حاضر مراجعه کرده بودند. از این جامعه با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس ۳۰ نفر انتخاب و به صورت گمارش تصادفی در گروه آزمایش و کنترل (هر گروه ۱۵ نفر) جایگزین شدند و گروه آزمایش ۱۶ جلسه ۴۵ دقیقه‌ای (هفته‌ای دو بار) تحت برنامه آموزش شایستگی اجتماعی قرار گرفتند و گروه کنترل هیچ مداخله‌ای دریافت نکرد. ملاک‌های ورود به پژوهش دامنه سنی ۱۰ تا ۱۲ سال، شرکت در جلسات آموزشی، تمایل شرکت‌کنندگان و رضایت کتبی، تشخیص اختلال اضطراب اجتماعی بر اساس نتایج سیاهه نشانه‌های مرضی کودک ویرایش چهارم فرم والد (نقطه برش ۴)، و مصاحبه بر اساس ملاک‌های راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی، عدم مصرف داروی‌های اعصاب و روان بر اساس فرم خود اظهاری و ملاک‌های خروج از پژوهش غیبت بیش از سه جلسه در جلسات آموزش شایستگی اجتماعی، نداشتن اعتماد کافی نسبت به گروه، تمایل نداشتن به ادامه همکاری و عدم انجام تکالیف گنجانده شده در جلسات آموزش شایستگی اجتماعی بود. در نهایت ملاحظات اخلاقی، همچون اصل امانت داری علمی، رعایت حق انتخاب و اختیار و حقوق معنوی مؤلفین آثار رعایت شد و با رعایت ملاحظات اخلاقی و بیان اهداف پژوهش افراد وارد مطالعه شدند و این اطمینان به آن‌ها داده شد که تمامی اطلاعات محرمانه هستند و برای امور پژوهشی استفاده خواهند شد؛ به منظور رعایت حریم خصوصی، نام و نام خانوادگی شرکت‌کنندگان ثبت نشد. همچنین در این مطالعه جهت تحلیل داده‌ها آزمون تحلیل واریانس اندازه‌گیری مکرر با سطح معنی داری ۰/۰۵ به کمک نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۳ استفاده شد.

ابزار سنجش

پرسشنامه سازگاری اجتماعی (CSAS)[2]: این پرسشنامه توسط دخانچی در سال ۱۳۷۷ طراحی شد و دارای ۳۷ سؤال است. گویه‌های ۱،۳،۷،۱۵،۱۶،۲۰،۲۱،۲۲،۳۲،۳۵،۳۶ و ۳۷ سازگاری کودکان را می‌سنجد. پرسشنامه بر روی یک طیف لیکرت ۵ درجه‌ای از هیچ

1. Creswell
2. Children's Social Adaptability Scale

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-31]

وقت (۰) تا تمام وقت (۳) نمره‌گذاری می‌شود. دامنه نمرات از ۰ تا ۱۱۱ متغیر است. کسب نمرات بالا نشان‌دهنده‌ی سازگاری بالا توسط کودکان و بالعکس کسب نمرات پایین نشان‌دهنده‌ی پایین بودن سازگاری کودکان است. سطح سازگاری خیلی پایین کمتر از ۵۲، پایین ۵۲ تا ۶۵، متوسط ۶۵ تا ۷۷، بالا بین ۷۷ تا ۹۰ و خیلی بالا بیش از ۹۰ می‌باشد. پایایی پرسشنامه با استفاده از روش دو نیمه کردن معادل ۰/۷۹ و روایی همزمان آن با پرسشنامه سازگاری اجتماعی بل ۰/۸۱ گزارش شد (دخانچی، ۱۹۹۸). همچنین در پژوهش حاضر نیز پایایی از طریق آلفای گرونباخ برای کل ابزار ۰/۷۹ بدست آمد.

مقیاس اضطراب (SCAS)[1]: این مقیاس در سال ۱۹۹۸ توسط اسپنس برای ارزیابی نشانه‌های اضطراب ساخته شد. دارای ۳۸ سؤال با ۶ مؤلفه اضطراب شامل اضطراب جدایی، اضطراب فراگیر، اضطراب اجتماعی، حمله هراس و ترس از فضاهای باز، فوبیا و وسواس فکری و عملی می‌باشد. نمره‌گذاری در یک مقیاس ۴ درجه‌ای لیکرت از نمره صفر (هرگز) تا نمره ۳ (همیشه) انجام می‌گیرد که دامنه نمرات بین نمره صفر تا ۱۱۴ متغیر می‌باشد. کسب نمرات بالا بیانگر اضطراب بیشتر و نمرات پایین بیانگر اضطراب کمتر کودکان می‌باشد. روایی محتوایی مقیاس ۰/۸۳ و پایایی مقیاس از طریق روش آلفای کرونباخ برای اضطراب عمومی برابر با ۰/۹۲ و برای خرده مقیاس‌ها ۰/۶۰ تا ۰/۸۲ گزارش گردید (اسپنس، ۱۹۹۸). در مطالعه کاروتزر[2] و همکاران (۲۰۲۰) روایی پیش بین پرسشنامه با پرسشنامه غربالگری اختلالات هیجانی مرتبط با اضطراب کودک (SCARED)[3] از طریق ضریب همبستگی ۰/۷۳ و پایایی پرسشنامه از طریق روش آلفای کرونباخ ۰/۹۳ بدست آمد. در پژوهش حاضر نیز ضریب پایایی اضطراب اجتماعی با استفاده از روش آلفای کرونباخ برای کل مقیاس برابر ۰/۸۰ به دست آمد.

در پژوهش حاضر از برنامه آموزش شایستگی اجتماعی توسط گولی[4] و همکاران (۲۰۰۸) که روی تجارب عاطفی و هیجانی خود کودکان تأکید دارد و همین مسأله باعث رشد و تقویت توانایی آن‌ها در درک دیگران می‌شود، استفاده شد که گروه آزمایش ۱۶ جلسه ۴۵ دقیقه‌ای (هفته‌ای دو بار) تحت برنامه آموزش شایستگی اجتماعی قرار گرفتند و گروه کنترل هیچ مداخله‌ای دریافت نکرد. در ادامه به هدف‌های این روش به تفکیک جلسات پرداخته شده است.

جدول۱: جلسات مداخله برنامه شایستگی اجتماعی گولی و همکاران (۲۰۰۸)

جلسه	هدف اصلی جلسه	تشریح هدف
اول	آشنایی اعضا، شکل‌گیری اعتماد و ارتباط	اجرای پیش آزمون، معرفی اعضاء، ایجاد گروه‌هایی که اعضای آن به راحتی بتوانند احساسات خود را بروز داده و بدون هیچ نقابی ویژگی‌های شخصیتی خود را با دوستانشان بیان کنند.
دوم	گوش دادن فعال	بحث در مورد چگونگی توجه کردن به بخش‌های مهم یک گفتگو در هنگام تعامل با دیگران، تمرین عملی تمرکز توجه و کنترل خود به دو صورت دیداری و شنیداری، نحوه گرفتن و دادن سرنخ به طرف مقابل در هنگام گفتگو، افزایش اعتماد و انسجام بین اعضای گروه.
سوم	شناخت احساسات و هیجانات	بحث و تمرین عملی در مورد احساسات و اینکه آن‌ها به چه صورت بر زندگی ما اثر می‌گذارند، بررسی معنی و مفهوم واژه‌ها و اصطلاحات احساسی مختلف، تقویت و رشد توانایی تجسم و تصویرسازی ذهنی.
چهارم	آشنایی با زبان بدن	بحث و تمرین عملی راجع به اینکه ما چگونه می‌توانیم از طریق دریافت اشاره‌های چهره دیگران، احساسات آن‌ها را درک کنیم، تمرین عملی تفسیر هیجان‌های دیگران بر اساس اشاره‌های چهره‌ای و زبان بدنی به صورت زنده و با نشان دادن فیلم ویدئو.
پنجم	خودآگاهی جسمانی	بهبود کنترل جسمانی و خودآگاهی بدنی از طریق تمرین حرکت‌های خلاق، ادامه بحث راجع به راهبردها و تمرین‌هایی برای تقویت توانایی خواندن اشاره‌های چهره‌ای و بیانات غیرکلامی.
ششم	تشخیص احساسات دیگران	بحث راجع به اینکه، دیگران چگونه احساسات خود را به وسیله تن صدا بیان می‌کنند، تمرینِ بیانِ جمله‌های مشابه با هیجان‌های مختلف و جمله‌های مختلف با هیجان‌های یکسان

1. Spence Children's Anxiety Scale
2. Carruthers
3. Screen for Child Anxiety Related Emotional Disorders (SCARED)
4. Guli

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-31]

هفتم	درک دیگران	بحث درباره ابزارهای یک رابطه موفق در زندگی واقعی چه چیزهایی هستند، فهمیدن اشاره‌های چهره، تن صدا و زبان بدنی در یک زمان واحد، تفسیر سرنخ‌های دیداری و شنیداری با همدیگر در یک فعالیت جمعی، درگیر شدن در فعالیت‌های پیچیده همچون فی البداهه گویی[1] با یک نفر از اعضاء گروه (همتا).
هشتم	مشارکت گروهی و نقش اعضاء گروه	تجربه " نقش داشتن[2]" در فرآیند یک نمایش، ایجاد و تولید یک ایده اصلی به وسیله ترکیب ایده‌های دیگر اعضاء در یک فعالیت جمعی، تمرین تصمیم‌گیری در گروه برای انتخاب یک فعالیت.
نهم	تشخیص تعارضات درون فردی و قدرت حل مسأله	بحث و تمرین عملی راجع به موقعیت‌هایی که سرنخ‌های دیداری و شنیداری با همدیگر همخوانی ندارند و یا ممکن است با بافت و زمینه ناهمخوان باشند، رشد راهبردهایی برای رویارویی با موقعیت‌های مبهم و متضاد.
دهم	پذیرش عقاید مخالف و انتقاد پذیری	بحث راجع به تفاوت بین واقعیت[3] و عقیده[4]، پذیرش دیدگاه دیگران هنگامی که متفاوت از دیدگاه ما هستند، تمرین عملی گفتگوی دیدگاه‌های متفاوت در مورد موضوع‌های گوناگون.
یازدهم	بازخورد دادن به دیگران و انعکاس احساسات	فعالیت دسته جمعی برای تکمیل یک پروژه، تمرین استفاده از سرنخ‌های غیرکلامی برای تعامل با همتای خود و کمک به یکدیگر برای اینکه این تعاملات را به اجزاء و گام‌های کوچکتر تقسیم کنند، یادگیری مهارت گرفتن و دادن بازخورد به هر سرنخ غیرکلامی مهم و قابل ملاحظه.
دوازدهم	خودکاوی و توجه آگاهی	فعالیت جمعی فیلم‌برداری از یک گفتگو که شامل محتوای غیرکلامی مهم و اساسی باشد، تماشای ویدئوی ضبط شده از تعامل خود و دیگر اعضاء گروه و بحث راجع به اینکه این ویدئوها می‌توانند چه چیزهایی را به دیگران انتقال دهند.
سیزدهم	نقش اعتماد به نفس در روابط بین فردی	بحث در مورد عواملی که مانع از شروع یک محاوره اولیه[5] می‌شود، افزایش اعتماد به نفس در محاوره اولیه، تمرین آغاز کردن و ادامه دادن یک محاوره، تقویت و رشد راهبردهای شناختی برای مقابله با خودگویی منفی[6] در هنگام محاوره با دیگران.
چهاردهم	تفسیر درست و عدم قضاوت عجولانه و پیشداوری	ایجاد چهارچوبی مجدد برای تفسیرها، در باره این که چه چیزهایی ممکن است اتفاق بیفتد و این که در گذشته چه اتفاقی افتاده است، سپس ایفای نقش در هنگام بروز چنین موقعیت‌هایی با استفاده از راهبردهای مناسب و از طریق برچسب زدن‌های فی البداهه.
پانزدهم	مرور مهارت‌هایی که تاکنون یادگرفته‌اند	بیان لحظه‌ها و رویدادهای به یادماندنی هنگام فعالیت با همتا، ایجاد پیش‌بینی‌های مثبت در باره آینده به وسیله خلق «تندیس‌های دوستانه[7]».
شانزدهم	جشن پایانی و پس آزمون	اجرای پس آزمون و تعیین زمان و مکان مناسب برای آزمون پیگیری، برپایی جشنی به مناسبت آشنایی با همدیگر و خداحافظی

یافته ها

میانگین و انحراف معیار سن گروه آزمایش ۱/۶۸ ± ۱۰/۸۹ و میانگین و انحراف معیار سن گروه کنترل ۱/۸۰± ۱۰/۱۳ بود. نتایج آزمون t مستقل با توجه به سطح معنی داری بزرگتر از ۰/۰۵ نشان داد که از لحاظ سن بین دو گروه آزمایش و گواه تفاوت معنی‌داری وجود ندلشت. از نظر سطح تحصیلات والدین در گروه آزمایش، ۶ نفر زیر دیپلم و دیپلم (۴۰ درصد)، ۹ نفر لیسانس (۶۰ درصد) و در گروه کنترل ۷ نفر زیر دیپلم و دیپلم (۴۶/۶۶ درصد) و ۸ نفر لیسانس (۵۳/۳۳ درصد) داشتند. همچنین با توجه به سطح معنی داری بزرگتر از ۰/۰۵ نتایج آزمون خی دو نشان داد که تفاوت معنی داری بین دو گروه از نظر سن و سطح تحصیلات والدین وجود نداشت.

1. improvisational
2. in role
3. fact
4. opinion
5. initiating conversation
6. negative self-talk
7. partner sculptures

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-31]

جدول ۲. میانگین و انحراف معیار متغیرها در مراحل اندازه گیری

متغیرها	گروه	پیش آزمون		پس آزمون		پیگیری	
		میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد
سازگاری اجتماعی	آزمایش	۶۱/۳۲	۱۳/۲۹	۶۹/۷۲	۱۴/۵۱	۷۱/۵۶	۱۴/۹۰
	کنترل	۶۱/۸۱	۱۳/۱۲	۶۱/۹۰	۱۳/۰۲	۶۲/۱۷	۱۳/۹۶
اضطراب جدایی	آزمایش	۵/۱۱	۲/۱۹	۴/۱۲	۱/۸۵	۴/۳۰	۱/۲۷
	کنترل	۵/۲۸	۲/۱۲	۵/۸۲	۲/۷۳	۵/۷۰	۲/۸۸
اضطراب فراگیر	آزمایش	۷/۳۹	۲/۷۰	۵/۱۹	۱/۲۲	۵/۲۴	۱/۲۸
	کنترل	۷/۸۲	۲/۳۸	۷/۳۳	۲/۷۵	۷/۵۰	۲/۴۲
اضطراب اجتماعی	آزمایش	۶/۱۵	۲/۸۹	۴/۱۱	۱/۹۸	۴/۱۹	۱/۷۵
	کنترل	۶/۸۳	۲/۶۱	۶/۵۰	۲/۴۴	۶/۴۷	۲/۵۶
هراس	آزمایش	۱۰/۱۲	۳/۲۸	۷/۱۳	۲/۱۷	۷/۲۹	۲/۰۱
	کنترل	۱۰/۴۹	۳/۹۰	۱۰/۸۶	۳/۵۲	۱۰/۴۴	۳/۱۹
فوبیا	آزمایش	۹/۸۳	۳/۵۲	۴/۱۵	۱/۸۸	۴/۷۳	۱/۴۲
	کنترل	۹/۴۵	۳/۶۷	۹/۲۰	۳/۸۵	۹/۳۱	۳/۹۴
وسواس فکری عملی	آزمایش	۷/۶۰	۲/۹۲	۵/۳۵	۱/۶۶	۵/۹۳	۱/۲۵
	کنترل	۷/۸۱	۲/۸۵	۷/۶۴	۲/۹۰	۷/۰۸	۲/۸۲

همانطور که نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد میانگین سازگاری اجتماعی و مؤلفه‌های اضطراب در پیش آزمون در دو گروه آزمایش و کنترل تقریباً برابر است اما میانگین‌ها در پس آزمون و پیگیری در گروه آزمایش سازگاری اجتماعی نسبت به گروه کنترل بیشتر که نشان از بالارفتن سازگاری اجتماعی کودکان و در مؤلفه‌های اضطراب نسبت به گروه کنترل کمتر که نشان از اضطراب کمتر می‌باشد. قبل از تحلیل استنباطی ابتدا نرمال بودن داده‌ها در متغیر سازگاری اجتماعی در پیش آزمون (P=۰/۰۹۳)، پس آزمون (P=۰/۱۰۸) و پیگیری (P=۰/۰۸۶) و در متغیر اضطراب در پیش آزمون (P=۰/۱۷۸)، پس آزمون (P=۰/۱۰۸) و پیگیری (P=۰/۲۷۹) توسط آزمون شاپیرو ویلکز تأیید شد. پیش فرض همگنی واریانس‌ها با استفاده از آزمون کرؤیت ماچلی برای متغیر سازگاری اجتماعی (P=۰/۴۳۸) و برای متغیر اضطراب (P=۰/۳۸۲) مورد تأیید واقع گردید. همچنین در آزمون لوین با توجه به مقدار با توجه به مقدار بدست آمده برای متغیر سازگاری اجتماعی (P=۰/۰۸۹) و برای متغیر اضطراب (P=۰/۱۷۷) همسانی خطای واریانس نیز تأیید شد. به طور کلی مفروضات (پیش فرض‌های نرمال بودن و همگونی واریانس‌ها) از تحلیل واریانس اندازه‌گیری مکرر رعایت شده است.

جدول ۳: نتایج حاصل از آزمون تحلیل واریانس اندازه‌گیری مکرر برای متغیرهای پژوهش

متغیر	زیر مجموعه	مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مربعات	F	معنی داری	اندازه اثر
سازگاری اجتماعی	گروه	۱۱۷۳/۲۳	۲	۵۸۶/۶۱	۱۵/۴۰	۰/۰۰۱	۰/۲۲۳
	زمان	۱۳۷۵/۹۰	۲	۶۸۷/۹۵	۱۷/۲۱	۰/۰۰۱	۰/۲۲۷
	زمان* گروه	۲۴۳۱/۷۰	۴	۶۰۷/۹۲	۱۳/۱۶	۰/۰۰۱	۰/۲۰۹
اضطراب جدایی	گروه	۳۸۱/۴۹	۲	۱۹۰/۷۴	۲۳/۲۱	۰/۰۰۱	۰/۲۷۰
	زمان	۲۹۶/۲۰	۲	۱۴۸/۱۰	۲۱/۹۰	۰/۰۰۱	۰/۲۴۲
	زمان* گروه	۴۸۱/۱۷	۴	۱۲۰/۲۹	۸/۶۳	۰/۰۲۹	۰/۱۳۹
اضطراب فراگیر	گروه	۲۰۰/۰۹	۲	۱۰۰/۰۴	۹/۲۱	۰/۰۰۱	۰/۱۵۰
	زمان	۲۱۰/۲۱	۲	۱۰۵/۱۰	۹/۸۹	۰/۰۰۱	۰/۱۵۳
	زمان* گروه	۱۹۸/۹۰	۴	۴۹/۷۲	۸/۶۷	۰/۰۰۱	۰/۱۴۸
اضطراب اجتماعی	گروه	۶۳۲/۷۳	۲	۳۱۶/۳۶	۳۰/۲۱	۰/۰۰۱	۰/۳۲۹
	زمان	۵۵۹/۴۱	۲	۲۷۹/۷۰	۲۷/۱۶	۰/۰۰۱	۰/۲۹۱
	زمان* گروه	۷۹۱/۳۰	۴	۱۹۷/۸۲	۳۴/۸۴	۰/۰۰۱	۰/۳۶۶
	گروه	۱۱۲/۱۰	۲	۵۶/۰۵	۱۱/۳۳	۰/۰۰۱	۰/۱۷۰

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-31]

هراس	زمان	۱۴۲/۲۹	۲	۷۱/۱۴	۱۲/۲۸	۰/۰۰۱	۰/۱۹۳
	زمان* گروه	۱۶۰/۱۶	۴	۴۰/۰۴	۱۰/۴۹	۰/۰۰۱	۰/۱۴۴
	گروه	۱۳۸۷/۱۲	۲	۶۹۳/۵۶	۳۷/۱۰	۰/۰۰۱	۰/۴۳۱
فوبیا	زمان	۱۱۹۰/۲۳	۲	۵۹۵/۱۱	۳۳/۶۳	۰/۰۰۱	۰/۳۹۸
	زمان* گروه	۱۲۹۲/۲۴	۴	۳۲۳/۰۰	۳۵/۳۰	۰/۰۰۱	۰/۴۰۰
	گروه	۲۱۱/۱۰	۲	۱۰۵/۵۵	۱۲/۱۹	۰/۰۰۱	۰/۱۸۵
وسواس فکری عملی	زمان	۱۴۹/۳۸	۲	۷۴/۶۹	۱۰/۷۲	۰/۰۰۱	۰/۱۶۶
	زمان* گروه	۱۸۷/۱۹	۴	۴۶/۷۹	۹/۳۸	۰/۰۰۱	۰/۱۴۲

با توجه به جدول ۳ نتایج این آزمون حاکی از آن است که در مجموع بین اضطراب و مؤلفه‌های آن و سازگاری اجتماعی در دو گروه آزمایش و کنترل در مراحل آموزش شامل پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری تفاوت معنی داری در سطح (P<۰/۰۰۱) وجود دارد. همچنین اندازه اثر بدست آمده جلسات آموزش گروهی شایستگی اجتماعی به ترتیب بر سازگاری اجتماعی ۰/۲۰۹ با مقدار (F=۱۳/۱۶)، اضطراب جدایی ۰/۱۳۹ با (F=۱۲/۶۳)، اضطراب فراگیر ۰/۱۴۸ با (F=۸/۶۷)، اضطراب اجتماعی ۰/۳۶۶ با (F=۳۴/۸۴)، هراس ۰/۱۴۴ با (F=۱۰/۴۹)، فوبیا ۰/۴۰۰ با (F=۳۵/۳۰) و وسواس فکری عملی ۰/۱۴۲ با (F=۹/۳۸) در سطح (P<۰/۰۰۱) معنی دار است.

جدول ۵: نتایج حاصل از آزمون تعقیبی بونفرونی در تعیین تفاوت بین پیش آزمون، پس آزمون پیگیری

متغیرها	مراحل ۱	مراحل ۲	تفاوت میانگین	معنی داری
	پیش آزمون	پس آزمون	۴/۳۷	۰/۰۰۱
سازگاری اجتماعی	پیش آزمون	پیگیری	۴/۵۹	۰/۰۰۱
	پس آزمون	پیگیری	۱/۰۸	۰/۱۷۸
	پیش آزمون	پس آزمون	۲/۰۸	۰/۰۰۱
اضطراب جدایی	پیش آزمون	پیگیری	۲/۱۳	۰/۰۰۱
	پس آزمون	پیگیری	۰/۹۸۷	۰/۰۹۸
	پیش آزمون	پس آزمون	۱/۹۱	۰/۰۰۱
اضطراب فراگیر	پیش آزمون	پیگیری	۱/۸۵	۰/۰۰۱
	پس آزمون	پیگیری	۰/۱۱۰	۰/۲۵۱
	پیش آزمون	پس آزمون	۳/۰۱	۰/۰۰۱
اضطراب اجتماعی	پیش آزمون	پیگیری	۳/۲۵	۰/۰۰۱
	پس آزمون	پیگیری	۰/۸۶۳	۰/۱۰۳
	پیش آزمون	پس آزمون	۳/۷۰	۰/۰۰۱
هراس	پیش آزمون	پیگیری	۳/۶۳	۰/۰۰۱
	پس آزمون	پیگیری	۰/۰۸۹	۰/۷۸۲
	پیش آزمون	پس آزمون	۳/۹۴	۰/۰۰۱
فوبیا	پیش آزمون	پیگیری	۳/۷۲	۰/۰۰۱
	پس آزمون	پیگیری	۰/۶۴۵	۰/۴۹۵
	پیش آزمون	پس آزمون	۱/۹۸	۰/۰۰۱
وسواس فکری عملی	پیش آزمون	پیگیری	۱/۸۳	۰/۰۰۱
	پس آزمون	پیگیری	۰/۹۳۸	۰/۰۹۰

با توجه به جدول ۵ نتایج این آزمون حاکی از آن است که در مجموع در متغیر سازگاری اجتماعی و مؤلفه‌های اضطراب بین پیش آزمون و پس آزمون در دو گروه آزمایش و کنترل تفاوت معنی داری در سطح (P<۰/۰۰۱) وجود دارد.

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-31]

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی برنامه آموزش گروهی شایستگی اجتماعی بر سازگاری اجتماعی و اضطراب دانش‌آموزان دختر دارای اختلال اضطراب اجتماعی انجام شد. نتایج پژوهش نشان داد که آموزش گروهی شایستگی اجتماعی بر سازگاری اجتماعی و اضطراب دانش‌آموزان دختر مؤثر است و نتایج مطالعه در مرحله پیگیری نیز ماندگار ماند.

اولین یافته پژوهش نشان داد که برنامه آموزش گروهی شایستگی اجتماعی بر سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان دختر دارای اختلال اضطراب اجتماعی مؤثر است. بر اساس جستجوهای انجام شده در زمینه مطالعات ناهمسو، پژوهشی یافت نشد؛ اما نتایج این یافته با نتایج حاصل از پژوهش‌های چیانگ[1] و همکاران (۲۰۲۴)، چیکو و همکاران[2] (۲۰۲۴) و سانگ و کیم[3] (۲۰۲۲) همسو بود. این یافته را می‌توان بر اساس نتایج مطالعات همسو این گونه تبیین کرد که افرادی شایسته در نظر گرفته می‌شوند که در وظایفی که جامعه برای یک فرد در یک رده سنی در نظر می‌گیرد سرآمد باشند. در واقع احساس شایستگی در محیط، یک نیاز روانشناختی است که نقش اصلی را در انگیزش و سازگاری در حوزه‌های مختلفی که فرد در آن فعالیت دارد، ایفا می‌کند (لداک و بوفارد[4]، ۲۰۱۷). افراد با شایستگی اجتماعی بالا از طریق سازگاری اجتماعی این قابلیت را دارند که فرصت‌هایی را برای خود فراهم کنند تا با همسالان خود در یک محیط حمایتی و مشارکتی تعامل داشته باشند. از طریق فعالیت‌های گروهی، تمرین‌های ایفای نقش[5] یا بحث، این افراد می‌توانند از تجربیات و دیدگاه‌های یکدیگر بیاموزند. همچنین یادگیری با همتایان[6] و همسالان نیز می‌تواند به صورت ویژه‌ای مؤثر باشد؛ زیرا به افراد اجازه می‌دهد رفتارهای اجتماعی مختلف را که توسط همسالان خود ارائه شده است را ببینند و از آن‌ها بازخورد دریافت کنند (تقی‌زاده و همکاران، ۱۴۰۲).

یافته بعدی پژوهش نشان داد که برنامه آموزش گروهی شایستگی اجتماعی بر اضطراب دانش‌آموزان دختر دارای اختلال اضطراب اجتماعی مؤثر است. بر اساس جستجوهای انجام شده در زمینه مطالعات ناهمسو، پژوهشی یافت نشد؛ اما نتایج این یافته با مطالعات لی[7] (۲۰۲۴) و چن[8] (۲۰۲۴) همسو بود. در تبیین این یافته می‌توان اظهار کرد که وجود شایستگی اجتماعی در دانش‌آموزان موجب برقراری روابط مثبت با دیگران، شناخت اجتماعی دقیق‌تر و متناسب با سن، رفتارهای انطباقی و رفتارهای اجتماعی مؤثر می‌شود (زارع و براتعلی، ۱۴۰۱). افراد با شایستگی اجتماعی بالا مهارت‌های رفتاری مناسبی شامل مذاکره، ایفای نقش، جرات‌مندی، مهارت‌های محاوره‌ای برای شروع، تداوم تعامل اجتماعی و مدیریت استرس هستند (دهقانی و همکاران، ۱۳۹۷). همچنان که یکی از مهمترین مؤلفه‌های برنامه شایستگی اجتماعی بحث درباره ابزارهای یک رابطه موفق در زندگی واقعی که چه چیزهایی هستند، فهمیدن اشاره‌های چهره، تن صدا و زبان بدنی در یک زمان واحد، تفسیر سرنخ‌های دیداری و شنیداری با همدیگر در یک فعالیت جمعی، درگیر شدن در فعالیت‌های پیچیده همچون فی البداهه گویی با یک نفر از اعضاء گروه که می‌تواند در کاهش اضطراب و علائم آن مفید باشد (ستارک[9] و همکاران، ۲۰۲۳).

در مجموع استفاده از برنامه آموزش گروهی شایستگی اجتماعی به عنوان رویکردی مؤثر و مداخله‌ای اثربخش می‌تواند بر ارتقا و بهبود میانگین سازگاری اجتماعی و کاهش اضطراب دانش‌آموزان دختر مؤثر باشد. در واقع نتایج نشان داد بین سازگاری اجتماعی و اضطراب دانش‌آموزان دختر در دو گروه آزمایش و کنترل تفاوت معناداری وجود داشت. بنابراین بکارگیری این روش مداخله‌ای به تنهایی یا در ترکیب با سایر بسته‌ها و برنامه‌های درمانی و آموزشی می‌تواند موجب بهبود سازگاری اجتماعی و اضطراب دانش‌آموزان دختر شود.

محدودیت‌های پژوهش حاضر عبارت بودند از: تمرکز بر روی دانش‌آموزان دختر شهر سنندج که تعمیم یافته‌ها را به بقیه‌ی مناطق و شهرهای دیگر با محدودیت همراه می‌کند. استفاده از پرسش‌نامه و ماهیت خودگزارشی آن که شرکت‌کنندگان در مطالعه می‌توانند معمولاً تصویر مطلوبی با تحریف اطلاعات و افشای اطلاعات غلط از خودشان نشان دهند و همچنین احتمال ارائه پاسخ‌های غیر واقعی به دلیل درک نادرست از سؤال‌ها رخ دهد و نتایج مخدوش شود. هم‌چنین، حجم نمونه پایین و بهره‌گیری از روش نمونه‌گیری در دسترس از محدودیت‌های اصلی پژوهش بود. با عنایت به این نکته که پژوهش حاضر بر روی دانش‌آموزان دختر انجام شده است و تنها ارتباط برخی

1. Chiang
2. Chikwe
3. Song & kim
4. Leduc & Bouffard
5. Role-playing exercises
6. Peer learning
7 . Lee
8 . Chen
9.

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-31]

از متغیرها در اثربخشی آموزش گروهی شایستگی اجتماعی مورد بررسی قرار داده است در نتیجه نمی‌توان نتایج این یافته را به افراد دیگر تعمیم داد. همچنین پیشنهاد می‌شود در مطالعات آتی از روش‌های تحقیقاتی مانند مصاحبه و مشاهده نیز برای بررسی دقیق‌تر استفاده شود و پژوهشی مشابه در شهرها و جامعه‌های آماری دیگر نیز انجام شود تا نتایج حاصل از آن در مقایسه با یافته‌های این پژوهش قرار گیرد.

منابع

بلالی دهکردی، م؛ پورشهریار، ح و جهانبخشی، ز. (۱۴۰۱). پیش‌بینی سازگاری اجتماعی کودکان دبستانی بر اساس تعارضات زناشویی و مهارت‌های تنظیم شناختی هیجان مادران. *دست آوردهای روانشناختی*، ۲۹(۲)، ۱۲۹-۱۴۸. https://doi.org/۱۰,۲۲۰۵۵psy/. ۲۰۲۲,۴۰۲۸۲,۲۸۱۲

تقی‌زاده، ح؛ نجاری، م و کریمی، ک. (۱۴۰۲). تعیین اثربخشی برنامه سازگاری اجتماعی بر استقلال عاطفی، شایستگی اجتماعی و ارزش‌های تحصیلی دانش‌آموزان پسر دوره دوم متوسطه. *انگاره‌های نو در تحقیقات آموزشی*، ۲(۴)، ۱-۲۵. http://www.jopre.ir/article_۱۸۷۴۴۳. html

سلطانی، ف، بشارت م. ع و فراهانی، ح. ا. (۱۴۰۲). پیش‌بینی رضایت زناشویی بر اساس نشانه‌های استحکام من، افسردگی و اضطراب. *رویش روان‌شناسی*، ۱۲(۱۲)، ۱۰-۱. http://frooyesh.ir/article-۴۷۵۸-fa. html

عباس تباربزرودی، م؛ هاشمی رزینی، ه و عبداللهی، م. ح. (۱۳۹۶). اثربخشی آموزش شایستگی هیجانی بر اضطراب، حل مسأله اجتماعی و حافظه کاری کودکان. *مطالعات روان‌شناسی بالینی*، ۸(۲۹)، ۲۱-۴۳. https://doi.org/۱۰,۲۲۰۵۴jcps/. ۲۰۱۸,۸۳۱۳

زارع، مرجان و براتعلی، مریم. (۱۴۰۱). تأثیر استراتژی‌های یاددهی-یادگیری مغز محور بر شایستگی اجتماعی دانش‌آموزان پایه اول دبستان شهر اصفهان. *فصلنامه آموزش پژوهی*، ۸(۳۲)، ۷۵-۸۵. https://dorl.net/dor/20.1001.1.25884182.1401.8.32.5.0

عیسی‌زاده، ف؛ حیدری، ش؛ آقاجان بگلو، س و صفاری نیا، م. (۱۳۹۹). بررسی اثربخشی طرحواره درمانی بر بهبود سازگاری اجتماعی و سرمایه روانشناختی در افراد دارای اختلال هویت جنسی (ترنس سکشوال). *پژوهش‌های روانشناسی اجتماعی*، ۱۰(۳۷)، ۱۳-۲۸. https://doi.org/۱۰,۲۲۰۳۴spr/. ۲۰۲۰,۱۰۹۶۹۴

فارسی جانی، ن؛ بشارت، م. ع و مقدم‌زاده، ع. (۱۴۰۱). پیش‌بینی سازگاری اجتماعی براساس سبک‌های دلبستگی و راهبردهای نظم دهی شناختی هیجان. *فصلنامه علمی پژوهشی علوم روانشناختی*، ۲۱ (۱۰۹)، ۸۸-۷۱. http://dx. doi.org/۱۰/۵۲۵۴۷JPS/. ۲۱/۱۰۹/۷۱

فلاحتی، ز. (۱۳۹۸). بررسی اثربخشی آموزش شایستگی اجتماعی بر سازگاری، رفتار مددجویی و نشاط تحصیلی دانش‌آموزان دارای ناتوانی‌های یادگیری. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی، دانشگاه خلیج فارس، بوشهر، ایران.

دهقانی، یوسف؛ حکمتیان فرد، صادق و کامران، لیلا. (۱۳۹۷). اثربخشی آموزش تاب‌آوری بر شایستگی اجتماعی و عزت‌نفس دانش‌آموزان با ناتوانی یادگیری. *مجله مطالعات ناتوانی*، ۸ (۱)، ۲۸-۳۷. http://jdisabilstud.org/article-1-1064-fa. html

نعمتی، ش؛ بدری گرگری، ر؛ بیرامی، م و نقی‌زاده، ماهک. (۱۴۰۲). اثربخشی برنامه آموزش شایستگی اجتماعی در رفتارهای قلدری، بهزیستی و اشتیاق تحصیلی دانش‌آموزان قلدر. *مجله مطالعات آموزش و یادگیری*، ۱۵(۲)، ۴۹-۷۴. https://jsli. shirazu.ac.ir/article_۷۳۹۴. html

Alves, F. , Figueiredo, D. V. , & Vagos, P. (2022). The prevalence of adolescent social fears and social anxiety disorder in school contexts. *International journal of environmental research and public health*, 19(19), 12458.http://dx. doi.org/10.3390/ijerph191912458

Bachem R, Casey P. (2018). Adjustment disorder: a diagnosis whose time has come. *Journal of Affective Disorders*. 227:243-253.http://dx. doi.org/10.1016/j. jad. 2017.10.034

Carruthers, S. , Kent, R. , Hollocks, M. J. , Simonoff. , E. (2020). Brief Report: Testing the Psychometric Properties of the Spence Children's Anxiety Scale (SCAS) and the Screen for Child Anxiety Related Emotional Disorders (SCARED) in Autism Spectrum Disorder. *J Autism Dev Disord*, 50, 2625–2632.https://doi.org/10.1007/s10803-018-3774-8

Chaabane S, Chaabna K, Bhagat S, Abraham A, Doraiswamy S, Mamtani R, et al. (2021). Perceived stress, stressors, and coping strategies among nursing students in the Middle East and North Africa: an overview of systematic reviews. *System Rev*. 10:136.https://systematicreviewsjournal. biomedcentral.com/articles/10.1186/s13643-021-01691-9

Chen, Y. W. R. , Ng, D. Y. , Tseng, M. H. , Bundy, A. , & Cordier, R. (2024). The impact of coping behaviors on perceived competence and social anxiety in the everyday social engagement of autistic adolescents. *Autism*, *28*(5), 1268-1279.http://dx. doi.org/10.1177/13623613231196773

Chiang, F. M. , Yu, Y. T. , Liu, M. H. , Kuo, C. C. , Hsieh, C. L. , & Chen, K. L. (2024). A social-competence group intervention featuring didactic teaching and practice in play contexts for preschool children with autism spectrum disorders. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 110, 102286.http://dx. doi.org/10.31219/osf. io/pqktw

Chikwe, C. , Piskorz-Ryń, O. , & Saadati, S. A. (2024). Cultural Adaptation Stress and Social Competence as Determinants of Hopelessness. *Journal of Psychosociological Research in Family and Culture*, 2(3), 4-10.https://doi.org/10.61838/kman. jprfc. 2.3.2

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-31]

Creswell, C. , Waite, P. , & Hudson, J. (2020). Practitioner review: Anxiety disorders in children and young people - assessment and treatment. *The Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 61(6), 628-643.http://dx. doi.org/10.1111/jcpp. 13186

Dowsett, E. , Delfabbro, P. , Chur-Hansen, A. (2020). Adult separation anxiety disorder: The human-animal bond. *Journal of Affective Disorders*, 2(7), 90-96.http://dx. doi.org/10.1016/j. jad. 2020.03.147

Guli, L. A. , Wilkinson, A. D. , & Semrud-Clikeman, M. (2008). SCIP, Social Competence Intervention Program: A drama-based intervention for youth on the autism spectrum. Research Press. http://dx. doi.org/10.1080/01609510902737254

Horoz, N. , Buil, J. M. , Koot, S. , van Lenthe, F. J. , Houweling, T. A. , Koot, H. M. , & Van Lier, P. A. (2022). Children's behavioral and emotional problems and peer relationships across elementary school: Associations with individual-and school-level parental education. *Journal of school psychology*, 93, 119-137.http://dx. doi.org/10.1016/j. jsp. 2022.06.005

Krygsman, A. , & Vaillancourt, T. (2022). Elevated social anxiety symptoms across childhood and adolescence predict adult mental disorders and cannabis use. *Comprehensive Psychiatry*, *115*, 152302. http://dx. doi.org/10.1016/j.comppsych. 2022.152302

Leduc, C. , & Bouffard, T. (2017). The impact of biased self-evaluations of school and social competence on academic and social functioning. *Learning and Individual Differences*, 55, 193-201.http://dx. doi.org/10.1016/j. lindif. 2017.04.006

Lee, S. J. (2024). The Effect of Self-Management Competence on Social Anxiety in Aviation College Students. *The Korean Journal of Aerospace and Environmental Medicine*, 34(1), 4-11.https://doi.org/10.46246/KJAsEM. 230024

Li, J. , Jia, S. , Wang, L. , Zhang, M. , & Chen, S. (2023). Relationships among inferiority feelings, fear of negative evaluation, and social anxiety in Chinese junior high school students. *Frontiers in Psychology*, *13*, 1015477.https://doi.org/10.3389/fpsyg. 2022.1015477

Liran BH, Miller P. (2019). The role of psychological capital in academic adjustment among university students. *Journal of Happiness Studies*, 20:51-65.https://link. springer.com/article/10.1007/s10902-017-9933-3

Luo D, Liu Q, Chen Q, Huang R, Chen P, Yang BX, et al. (2021). Mental health status of the general public, frontline, and non-frontline healthcare providers in the early stage of COVID-19. *Front Psychiatry*. 12:288.http://dx. doi.org/10.3389/fpsyt. 2021.553021

Saleem, F. , Legette, K. B. , & Byrd, C. M. (2022). Examining school ethnic-racial socialization in the link between race-related stress and academic well-being among African American and Latinx adolescents. *Journal of School Psychology*, 91, 97-111.https://doi.org/10.1016/j. jsp. 2022.01.001

Song, Y. M. , & Kim, S. (2022). Effects of a social and emotional competence enhancement program for adolescents who bully: a quasi-experimental design. *International journal of environmental research and public health*, 19(12), 7339.http://dx. doi.org/10.3390/ijerph19127339

Stark, C. , Groves, N. B. , & Kofler, M. J. (2023). Is reduced social competence a mechanism linking elevated autism spectrum symptoms with increased risk for social anxiety?. *British Journal of Clinical Psychology*, 62(1), 129-145.https://doi.org/10.1111/bjc. 12398

Tang, X. , Liu, Q. , Cai, F. , Tian, H. , Shi, X. , & Tang, S. (2022). Prevalence of social anxiety disorder and symptoms among Chinese children, adolescents and young adults: A systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 13, 792356.https://doi.org/10.3389/fpsyg. 2022.792356

Wahyuli, W. S. , Azyel, E. E. , & Ikhsan, M. (2024). Psychological Problems Of Social Adjustment In Grade 2 Children At Sd N 37 Pagambiran. TOFEDU*: The Future of Education Journal*, 3(1), 625-630.http://dx. doi.org/10.61445/tofedu. v3i1.79

Zwicker, H. M. , Fay-McClymont, T. B. , Hou, S. H. , Cho, S. , McDonald, K. , Guilcher, G. M. , ... & Schulte, F. S. (2024). Social adjustment in children diagnosed with sickle cell disease: A retrospective study. *Pediatric Blood & Cancer*, 71(3), 30807.http://dx. doi.org/10.1002/pbc. 30807

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-31]