

راهکارهایی برای افزایش مهارت های اجتماعی در دانش آموزان ابتدایی

مرجان محمدی بستانویی

کارشناسی علوم تربیتی گرایش آموزش ابتدایی دانشگاه فرهنگیان پردیس فاطمه الزهرا ، بندرعباس ، ایران

Mohammadi.marjan@protonmail.com

چکیده

طبق تحقیقات و مطالعات انجام شده، یکی از مسائلی که در مقاطع مختلف تحصیلی از اهمیت زیادی برخوردار است، داشتن مهارت اجتماعی است. مهارت اجتماعی به مجموعه رفتارهای فراگرفته قابل قبولی گفته می شود که فرد را قادر میسازد با دیگران رابطه موثر داشته و از عکس العمل های نامعقول اجتماعی خودداری کند. مهارت های اجتماعی از فرهنگ و گروه های اجتماعی که فرد در ارتباط با آن ها قرار دارد تاثیر پذیرفته و میزان برخورداری از این مهارت ها در سلامت رفتاری و اجتماعی افراد نقش به سزایی را ایفا می کند. مهارت های اجتماعی برای معاشرت و تعامل با افراد دیگر ، هم از نظر ارتباط و هم از نظر رفتار با دیگران ضروری است. آموزش مهارت اجتماعی بر پایه این اصل قرار دارد که مشکلات کودکان در مهارت های اجتماعی غالباً به این دلیل است که کودکان نمی دانند در موقعیت های اجتماعی چه کار کنند و می توان کودکان را برای غلبه بر این مشکلات آموزش داد. مهارت های اجتماعی دانش آموزان مدارس ابتدایی هنوز محدود است که به نوبه ی خود می تواند باعث شود که اجرای رویکرد علمی در برنامه درسی کمتر از حد مطلوب باشد. مقاله حاضر، مقاله توصیفی است که در ابتدا تعاریف و نظریه هایی از مهارت های اجتماعی را ارائه داده است و به ارائه راهکارهایی برای افزایش این مهارت ها در دانش آموزان دوره ابتدایی پرداخته است.

کلمات کلیدی: مهارت اجتماعی ، دوره ابتدایی ، دانش آموز، راهکار

اهمیت مهارت های اجتماعی به عنوان مهمترین عامل اجتماعی شدن و سازگاری اجتماعی را هیچگاه نمی توان از نظر دور داشت و بی شک توجه به هوش اجتماعی ، رشد اجتماعی و تربیت اجتماعی در کنار دیگر ابعاد رشد و حیطة های تعلیم و تربیت ، از جایگاه ویژه ای برخوردار است . (متسون و اولندیک ، ۱۹۸۸)

اجتماعی شدن فرایندی است که در آن هنجارها، مهارت ها ، انگیزه ها ، نگرش ها و رفتارهای فرد شکل می گیرد تا ایفای نقش کنونی یا اتی او در جامعه مناسب و مطلوب شناخته شود . در این فرایند ، اکتساب و به کارگیری مهارت های اجتماعی و چگونگی برقراری ارتباط و تعامی با دیگران ، یکی از مولفه های اصلی رشد اجتماعی به خصوص در بین کودکان و نوجوانان محسوب می شود . بنا به تعریف مهارت های اجتماعی به رفتارهای آموخته شده و مقبول جامعه اطلاق می شود . رفتارهای که شخص می تواند با دیگران به نحوی ارتباط متقابل برقرار کند که به بروز پاسخ های مثبت و پرهیز از پاسخ های منفی بیانجامد . (کارتلج و میلبرن ، ۱۹۸۵)

در این راستا ، رفتار اجتماعی بر تمامی جنبه های زندگی کودکان و نوجوانان سایه می افکند و بر سلامت روانی ، سازگاری و شادکامی بعدی آن ها تاثیر می گذارد . توانایی فرد از نظر کنار آمدن با دیگران و انجام رفتارهای اجتماعی مطلوب ، میزان محبوبیت او را میان همسالان و نزد معلمان ، والدین و دیگر بزرگسالان مشخص می کند . میزان توانایی فرد در مهارت های اجتماعی به طور مستقیم به رشد اجتماعی فرد و کمیت و کیفیت رفتارهای اجتماعی مطلوبی که از خود نشان می دهد ، مربوط می شود . (متسون و اولندیک ، ۱۹۸۸)

تعریف مهارت اجتماعی:

مجموعه توانمندی هایی است که موجب موفقیت در زندگی اجتماعی فرد می شود. هر فرد برای زندگی موفق در یک جامعه، علاوه بر مهارت های فردی به مهارت های دیگری نیاز دارد که از آن به نام مهارت های اجتماعی یاد می کنند. (پیتر وست وود ترجمه شاهرخ مکوند حسینی و همکاران ، ۱۳۸۹)

مهارت های اجتماعی، مجموعه رفتارهایی است اکتسابی که از طریق مشاهده، مدل سازی، تمرین و بازخورد آموخته می شود و رفتارهای کلامی و غیر کلامی را در بر می گیرند و پاسخ های مناسب و مؤثر را در بر دارند، بیشتر جنبه تعاملی داشته، تقویت اجتماعی را به حداکثر می رسانند و بر اساس ویژگی ها و محیطی که فرد در آن واقع شده است، توسعه می یابند و از طریق آموزش رشد می کنند(میچلسون ۱۹۸۳ به نقل از کرامتی ۱۳۸۱)

بخش هایی از رفتار که از جهت آغاز و پایداری روابط مثبت با دیگران برای فرد مهم هستند. (پیتر وست وود ترجمه شاهرخ مکوند حسینی و همکاران ، ۱۳۸۹)

چهار نوع مهارت اجتماعی وجود دارد که به روش علمی تعریف شده است (رانیوتل و لیتل ، ۲۰۲۲):

الف) مهارت های بقا: پیروی از دستورالعمل ها ، گوش دادن با دقت به دیگران.

ب) مهارت های حل مسئله : کمک خواستن، تصمیم گیری در مورد اینکه چه کاری مناسب است یا چه چیزی برای ما خوب است یا نه ، عذرخواهی در مقابل دیگران.

پ) مهارت های بین فردی: پیوستن به یک گفت و گو یا مناظره، به اشتراک گذاشتن دیدگاه های خود.

ت) مهارت های حل تعارض: مقابله با قلدری و متلک، مدیریت فشار همسالان، از یک سلام ساده تا کنار گذاشتن روابط طولانی مدت، مهارت های اجتماعی بر اعمال روزمره ما تاثیر می گذارد. اسن ها برای رشد کودکان ضروری هستند زیرا بر زندگی فرد تاثیر می گذارند.

مهارت های اجتماعی پایه

ارتباط چشمی: توانایی ایجاد ارتباط چشمی با دیگران هنگام گوش دادن به سخن آن ها و یا هنگامی که با آن ها حرف می زنید دست کم برای یک دوره ی زمانی کوتاه.

بیانات چهره ای: خندیدن، ابراز علاقه.

فاصله ی اجتماعی: دانستن اینکه در چه فاصله ای نسبت به فرد مقابل قرار بگیریم و چه موقع برقراری تماس بدنی است مناسب است.

چگونگی صدا: حجم صدا، زیری و بمی صدا، میزان گفتار، وضوح، محتوی.

احوال پرسى با دیگران: آغاز ارتباط یا پاسخ گویی به احوال پرسى، دعوت کردن یک کودک دیگر برای پیوستن به شما در بعضی فعالیت ها.

گفت و گو کردن: مهارت های محاوره ای مناسب سن، بیان احساسات، سوال کردن، گوش کردن، ابراز علاقه، پاسخ دادن به پرسش دیگران.

بازی و کار کردن با دیگران: رعایت کردن مقررات، مشارکت، قول دادن، کمک کردن، نوبت گرفتن، تعارف با دیگران، قدردانی، ابراز تأسف .

توجه و یا درخواست کمک: استفاده از راه های مناسب.

حل کردن تعارضات درونی: مهار پرخاشگری، فرو نشانیدن خشم خود و تحمل خشم دیگران، پذیرش انتقاد، روحیه ی ورزشکاری.

آراستگی و بهداشت (پیتر وست وود ترجمه شاهرخ مکوند حسینی و همکاران ، ۱۳۸۹).

مهارت های اجتماعی مهم برای دانش آموزان

گوش دادن به دیگران

برقراری تماس چشمی هنگام صحبت با کسی

استفاده از اخلاق خوب

اشتراک گذاری چیزها

مدیریت زمان

دستورالعمل های دیگران را دنبال کنید

همکاری و کمک به دیگران

احترام به فضای شخصی دیگران

این ها برخی از مهارت های اجتماعی مهم دانش آموزان است که باید در سنین پایین در آن ها ایجاد شود . مهارت های اجتماعی خوب نقش مهمی در تبریل شدن به بخشی از اکثر گروه های اجتماعی دارد (کیان و همکاران ، ۲۰۲۰).

آماده سازی مهارت های اجتماعی:

۱-تعریف:مهارتی را که می آموزید توصیف کنید. در این زمینه که چرا این مهارت ویژه مهم است و چگونه کاربرد آن به ایجاد رابطه کمک می کند بحث کنید. مهارت را می توان با استفاده از یک فیلم کوتاه، یک یا چند کارتون، یک نمایش عروسکی و یا تذکر دادن به کودک و راهنمایی او به فعالیت هایی که در گروه همسالان در جریان است، شرح داد. معلم می تواند بگوید: (نگاه کن چطور آن دو دختر در ساختن پازل به هم کمک می کنند. به من بگو آن ها به یکدیگر چه می گویند).

۲-مهارت را الگو کنید:مهارت را به چند جزء شاده تقسیم کنید و خودتان آن را به روشنی شرح دهید یا یک دانش آموز را انتخاب کنید تا این کار را انجام دهد.

۳-تقلید و تمرین:کودک یک مهارت را در محیطی که در آن جا آموزش دیده است امتحان می کند.برای این که این امر موفقیت آمیز باشد باید او را تحریک کرد تا آن مهارت را اجرا نماید و با دقت توجه کند و آن چه را که معلم شرح می دهد به خاطر بسپارد.

۴-بازخورد:این مرحله باید اطلاع دهنده باشد:«شما هنوز آن را کاملاً یاد نگرفته اید. باید هنگام صحبت به او نگاه کنید. دوباره سعی کن»، «این بهتر است. شما نگاه کردید و لبخند زدید. خوب است.»باز خورد از راه یک ضبط ویدیویی می تواند در بعضی مواقع سودمند باشد.

۵-فرصتی فراهم کنید تا کودک مهارت به کار بندد:معلم می تواند با توجه به مهارتی که آموزش می دهد کارهای گروهی کوچک یا فعالیت های کاری دو به دو ترتیب دهد تا مهارت ها در کلاس و یا دیگر مکان های طبیعی اجازه کاربرد پیدا کنند و تعمیم یابند.

۶-تقویت متناوب:نمونه هایی را که در آن کودک مهارت ها را بدون اجبار، در مواقع دیگر روز یا در هفته های بعد به کار می گیرد زیر نظر بگیرید. به او پاداش و تقویتی توصیف کننده بدهید. به پایداری پس از اکتساب توجه کنید. احتمال زیادی وجود دارد که این رفتارها به محض تثبیت شدن، که به وسیله ی پیامدهایشان مثلاً یک تعامل رضایت بخش تر با همسالان پایدار شوند. (پیتر وست وود ترجمه شاهرخ مکوند حسینی و همکاران ، ۱۳۸۹)

روش های آموزش مهارت اجتماعی برای دانش آموزان

الف) معلمان وظایف کلاسی را تعیین کنند

واگذاری مشاغل کلاسی به دانش آموزان فرصت هایی را برای نشان دادن مسئولیت ، کار گروهی و رهبری فراهم می کند . مشاغلی مانند توزیع مقالات، حضور در جلسه و رهبری خط می تواند نقاط قوت دانش آموز را برجسته کند و به نوبه خود باعث ایجاد اعتماد

به نفس می شود. همچنین به کاهش حجم کاری معلم کمک می کند. معلمان اغلب مشاغل کلاس را به صورت هفتگی یا ماهانه تغییر می دهند و اطمینان حاصل می کنند که هر دانش آموز فرصتی برای مشارکت دارد (شیخی و حبیب زاده، ۱۴۰۱).

ب) دوستان قلم

معلمان در حال تربیت دانش آموزان هستند که با بچه های مدرسه دیگری دوست قلم شوند. این فعالیت مورد علاقه معلمان در سطوح مختلف تحصیلی بود. از همه مهمتر به دانش آموزان یا داد که چگونه مهارت های اجتماعی را از طریق ارتباط نوشتاری نشان دهند. به ویژه برای شخصیت های درون گرا، نوشتن نامه به دانش آموزان فرصت داد تا افکار خود را جمع اوری کنند. زمین بازی را برای دانش آموزانی که نیازهای ویژه داشتند یا غیر کلامی بودند، هموار کرد. معلمان از این طریق می توانند چارچوب های ساختاری جملاتی را ارائه دهند که در آن بچه ها مکالمه مودبانه ای با دوست قلمی خود داشتند. راه اندازی یک برنامه دوست نویسی در کلاس درس، قبل از شروع نامه نگاری نیاز به آمادگی دارد. (یوسف و همکاران، ۲۰۱۸)

ت) فعالیت های گروهی بزرگ و کوچک

علاوه بر مزایای تحصیلی، فعالیت های گروهی بزرگ و کوچک می تواند به دانش آموزان فرصتی برای توسعه ی مهارت های اجتماعی مانند کار گروهی، تعیین هدف و مسئولیت دهد. به دانش آموزان غالباً نقش هایی مانند گزارشگر، کاتب یا نگهدار زمان برای حفظ آن ها در گروه تعیین می شود. گاه این گروه ها خود تعیین شده اند و گاه از پیش تنظیم شده اند. اگر به صورت انتخابی استفاده شود، کار گروهی می تواند به دانش آموزان ساکت تر کمک کند تا با دیگران ارتباط برقرار کنند، برون گرا ها را جذب کنند و رفتار محترمانه را تقویت کنند. نمونه هایی از فعالیت های گروهی بزرگ عبارتند از بحث های گروهی، پروژه های گروهی و بازی ها. از فعالیت های گروهی کوچک تر می توان برای تکالیف یا فعالیت های دقیق تر استفاده کرد (فرزین دیزج و سلیمانی، ۱۴۰۰)

پ) دوستان بزرگ

یادگیری تعامل با همسالان یک مهارت اجتماعی بسیار مهم است. به همان اندازه مهم است که یاد بگیرند چگونه با دیگرانی که ممکن است جوان تر یا بزرگ تر باشند، تعامل کنند. سیستم دوستان بزرگ یک راه عالی برای دانش آموزان است تا یاد بگیرند چگونه با گروه های سنی مختلف ارتباط برقرار کنند و به آن ها احترام بگذارند. اغلب یک کلاس درس بزرگتر برای یک پروژه هنری، زمان مطالعه یه بازی با یک کلاس جوان تر جفت می شود. مجدداً این نوع فعالیت با در نظر گرفتن نقاط قوت و علایق دانش آموز از قبل برنامه ریزی شده و بادقت طراحی شود. معمولاً معلمان کلاس قبل از موعد ملاقات می کنند تا زوج هایی از دانش آموزان ایجاد کنند و یک فعالیت ساختار یافته را آماده کنند. همچنین زمانی برای معلم در نظر گرفته شده است تا دستورالعمل هایی را برای تعامل و ایده هایی برای موضوعات گفت و گو تعیین کند. کل مدارس نیز برنامه های دوستانه را برای غنی سازی زندگی دانش آموزان خود اجرا کرده اند. (فرزین دیزج و سلیمانی، ۱۴۰۰)

ج) دستورالعمل صریح

معلمان می توانند زمانی را در برنامه درسی خود اختصاص دهند تا به طور مستقیم مهارت های اجتماعی را به دانش آموزان خود آموزش دهند. برنامه های مبتنی بر پژوهش، درس های صریح برای توسعه اجتماعی به معلمان و مدارس ارائه می کنند. این

برنامه ها می توانند زبان مشترک، مجموعه ای از انتظارات رفتاری و اهداف آینده را برای مدارس و کلاس ها فراهم کنند. (کحسب الدین ، ۲۰۱۸)

نتیجه گیری

در چشم انداز کنونی ، در حوزه آموزش مهارت های اجتماعی ، رویدادهای فراوانی رخ داده ، پژوهش های بیشماری صورت گرفته ، روش های آموزشی و درمانی جدیدی مطرح گردیده و افق های روشن تری اشکار شده است . تمامی این حرکت ها و شناخت های روزافزون به انسان کمک می کند تا به کمیت و کیفیت زندگی اجتماعی خود و دیگران غنای بیشتری ببخشد. (متسون و اولندیک ، ۱۹۸۸)

یکی از مسائلی که در مقطع ابتدایی و دیگر مقاطع از اهمیت بالایی برخوردار است، داشتن مهارت اجتماعی که باعث می شود فرد از لحاظ اجتماعی رفتار معقول داشته باشد. این مهارت ها آموختنی هستند.

مدرسه باید با تغییرات اجتماعی، سیاسی و اقتصادی در سطح ملی و بین المللی هم سو و هم جهت باشد در غیر این صورت، منسوخ خواهد شد و آموزش های غیر رسمی و فرا ملی جای آن را خواهد گرفت. آموزش در جهت تقویت رفتارهای عقلانی، حس هم دردی نسبت به انسانیت، تقویت احساس هویت ملی، پرهیز از قضاوت های قالبی و کلیشه ای، کسب تصویری واقعی از دنیای خارج و نهایتاً، آموزش جهانوندی در سه سطح شناختی، مهارتی و نگرشی باید صورت گیرد. تا افراد مهارت ارتباط جهانی را کسب کنند.

منابع

- ۱- کرامتی ، محمدرضا ، ۱۳۸۱ ، تاثیر یادگیری مشارکتی بر رشد مهارت های اجتماعی و یادگیری درس ریاضی ، رساله دکتری، دانشگاه تربیت معلم تهران
- ۲- پیتر وست وود ترجمه مکوند حسینی، شاهرخ ، شیلاندری ، فرح ، ۱۳۸۹ ، آموزش و پرورش کودکان با نیازهای ویژه ، چاپ دوم، انتشارات رشد ، تهران
- ۳- شیخی، حبیب زاده ، عباس . ۱۴۰۱ ، تاثیر آموزش فلسفه بر خودتنظیمی و مهارت اجتماعی دانش آموزان دختر متوسطه اول / اندیشه های نوین تربیتی ، ۱۸ (۱) ، ۱۶۱-۱۷۹
- ۴- فرزین دزج ، سحر ، سلیمانی ، توران، ۱۴۰۰ ، اثر الگوی ملاقات کلاسی بر آموزش مهارت اجتماعی دانش آموزان پایه چهارم منطقه نمین . پیشرفت های نوین در روانشناسی ، علوم تربیتی و آموزش و پرورش، ۴۲ (۴) ، ۱۲۳-۱۳۸.
- ۵- کارتلج ، جی و میلبرن ، جوان ، ۱۹۸۵ . آموزش مهارت های اجتماعی به کودکان . ترجمه محمد حسین نظری نژاد ، ۱۳۶۹ . مشهد : انتشارات استان قدس رضوی
- ۶- متسون ، جانی واولندیک ، توماس ، ۱۹۸۸ . بهبود بخشی مهارت های اجتماعی کودکان : ارزیابی و آموزش . ترجمه : احمد به پروژه ۱۳۸۴ . تهران : انتشارات اطلاعات.
- 7- Kian, M., Adibnasab, Z., & Izanloo, B., (2020) social skills Elementary students :The Role of Attitude to School and School Environment . *International Journal of School Health* , 7 (1) , 30-39
- 8- Zanuttini, J. Z., & Little, C. (2022) Teaching social skill acquisition to adolescent students with autism : A systematic review of peer-mediated interventions published between 2010 and 2020 . *International Journal of Educational Research Open* , 3, 100192.
- 9- Yusuf, M., Tarjiah, I., & Satibi, O. (2018) . Penerapan Metode Simulasi untuk Meningkatkan Keterampilan Sosial Siswa dalam Pembelajaran IPS . *Jurnal Tunas Bangsa* , 5 (2) , 124-132.
- 10- Hasbahuddin, H. (2018) , The Implementasi Bimbingan Keterampilan Sosial Untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa Di Kabupaten Pangkep . *Indonesian Journal Of Learning Education and Counseling* , 1(1) , 53-61