

به نام خدا

# نگاهی به تقویت مهارت‌های اجتماعی در مدارس

مؤلف:

محمد امین رسولی

انتشارات سایه نخل

(با همکاری سازمان چاپ و نشر ایران - ۱۴۰۲)

نسخه الکترونیکی این اثر در سایت سازمان چاپ و نشر ایران و اپلیکیشن کتاب رسان موجود می باشد

chaponashr.ir

سرشناسه: رسولی، محمدامین، ۱۳۷۴-  
عنوان و نام پدیدآور: نگاهی به تقویت مهارت‌های اجتماعی در مدارس / مولف محمدامین رسولی.

مشخصات نشر: انتشارات سایه نخل (با همکاری سازمان چاپ و نشر ایران)، ۱۴۰۳.  
مشخصات ظاهری: ۱۲۵ ص.

شابک: ۹-۵-۹۱۳۵۲-۹۱۳۵۲-۶۲۲-۹۷۸

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

یادداشت: کتابنامه ص. [۱۱۹]-۱۲۵.

Social skills in adolescence

موضوع: مهارت‌های اجتماعی در نوجوانان

Social skills in children

مهارت‌های اجتماعی در کودکان

Students -- Life skills guides

شاگردان -- راهنمای مهارت‌های زندگی

رده بندی کنگره: BF۷۲۳

رده بندی دیویی: ۱۵۵/۴۱۸

شماره کتابشناسی ملی: ۹۶۵۸۳۰۵

اطلاعات رکورد کتابشناسی: فیبا

نام کتاب: نگاهی به تقویت مهارت‌های اجتماعی در مدارس

مولف: محمد امین رسولی

ناشر: انتشارات سایه نخل (با همکاری سازمان چاپ و نشر ایران)

صفحه آرایشی، تنظیم و طرح جلد: پروانه مهاجر

تیراژ: ۱۰۰۰ جلد

نوبت چاپ: اول - ۱۴۰۲

چاپ: زبرجد

قیمت: ۱۲۵۰۰۰ تومان

فروش نسخه الکترونیکی - کتاب‌رسان:

<https://chaponashr.ir/ketabresan>

شابک: ۹-۵-۹۱۳۵۲-۹۱۳۵۲-۶۲۲-۹۷۸

تلفن مرکز پخش: ۰۹۱۲۰۲۳۹۲۵۵

[www.chaponashr.ir](http://www.chaponashr.ir)



# فهرست مطالب

صفحه

عنوان

۷	مقدمه
۱۱	فصل اول: جامعه پذیری
۱۱	مفاهیم
۱۳	اهمیت و ضرورت رشد اجتماعی
۱۴	جامعه ناپذیری
۱۵	سازگاری اجتماعی
۱۷	انسان و اجتماع
۱۸	دوران کودکی و جامعه
۲۱	دختران و پسران
۲۲	فرآیند رشد
۲۵	فصل دوم: جامعه پذیری
۲۵	مفاهیم
۲۷	اهداف
۲۹	عوامل مؤثر بر جامعه پذیری
۲۹	روابط اجتماعی
۳۰	مهارت آموزی
۳۲	نظریه های مختلف
۳۷	فصل سوم: انواع مهارت ها
۳۷	مهارت ارتباطی
۳۹	مهارت ارتباط میان فردی
۴۱	مهارت ارتباط غیر کلامی
۴۲	مهارت تقویت و پاداش
۴۳	مهارت پرسش
۴۳	مهارت آماده سازی

۴۴	..... مهارت خاتمه دادن
۴۵	..... مهارت توضیح دادن
۴۶	..... مهارت گوش دادن
۴۷	..... مهارت نفوذ
۴۹	..... مهارت ابراز وجود
۵۰	..... تعامل
۵۱	..... مهارت همکاری
۵۱	..... همدلی
۵۴	..... استقلال در تصمیم
<b>۵۷</b>	<b>..... فصل چهارم: آموزش مهارت های ضروری در جامعه</b>
۵۷	..... آموزش مهارت اجتماعی
۵۹	..... فواید و آثار آموزش مهارت های اجتماعی
۶۱	..... آموزش مهارت های اجتماعی
۶۲	..... روش های ارزیابی
۶۴	..... عوامل مؤثر بر آموزش مهارت های اجتماعی
<b>۷۷</b>	<b>..... فصل پنجم: سازگاری اجتماعی</b>
۷۷	..... نظریه ی خود آینه ای چارلز هورتون کولی
۷۹	..... نظریه ی دیگری تعمیم یافته مید
۸۰	..... نظریه ی نقش های اجتماعی جرج هربرت مید
۸۲	..... نظریه یادگیری اجتماعی بندورا
۸۵	..... نظریه ی تاریخی - فرهنگی ویگوتسکی
<b>۸۹</b>	<b>..... فصل ششم: توسعه ارتباطات اجتماعی</b>
۱۰۴	..... کنترل کارمندان
۱۰۴	..... برخورد با افراد خارج از سازمان
۱۰۵	..... ایجاد اعتماد به نفس
<b>۱۰۷</b>	<b>..... فصل هفتم: احساس مسئولیت در جامعه</b>
۱۰۷	..... تعاریف

۱۰۷.....	نگاه فردی
۱۰۸.....	اهمیت
۱۰۹.....	زیر بنا های لازم
۱۱۰.....	روایات و مسئولیت ها
۱۱۳.....	سطوح مختلف مسئولیت پذیری انسان
۱۱۵.....	راهکارها
<b>۱۱۹.....</b>	<b>منابع و مآخذ</b>
۱۱۹.....	منابع فارسی
۱۲۴.....	منابع لاتین



## مقدمه

یکی از مواردی که کودکان باید برای ورود به جامعه یاد بگیرند، مهارت‌های اجتماعی است. مهارت‌های اجتماعی به مجموعه توانمندی‌هایی گفته می‌شود که موجب موفقیت در زندگی اجتماعی فرد خواهد شد. بنابراین آموزش مهارت‌های اجتماعی برای کودکان از خانواده و ارتباط با اطرافیان شروع شده و در طول زندگی یادگیری مهارت‌های اجتماعی ادامه پیدا می‌کند. در این مقاله از وب سایت بلدیباب به بررسی راهکارهای آموزش مهارت‌های اجتماعی در دانش آموزان می‌پردازیم. با ما همراه باشید.

برای زندگی موفق در جامعه نیاز به روابط درست با افراد جامعه است. هر فردی برای حضور در جامعه در هر مقطع سنی و هر شرایطی از جمله دوران تحصیل، در شغل و یا روابط با دوستان نیاز به مهارت‌های اجتماعی و رعایت آداب اجتماعی درست خواهد داشت. بنابراین کودکان و دانش آموزان باید علاوه بر مهارت‌های فردی بتوانند مهارت اجتماعی خود را تقویت کنند. به عنوان والدین فرزند خود بهتر است به فکر این مساله باشید که بتوانید مهارت‌های اجتماعی درست را به فرزند خود یاد دهید. حضور در جامعه و ارتباط برقرار کردن با افراد نیاز ضروری امروز است. کودکان برای آن که خودشان را با اجتماعی که در آن زندگی می‌کنند، سازگارتر کنند باید انواع مهارت‌های اجتماعی را فرا بگیرند.

شروع مهارت‌های یادگیری دانش آموزان از خانواده شروع می‌شود. مدارس نیز منبع مفیدی برای یادگیری مهارت‌های اجتماعی است. مهارت‌های اجتماعی که کودک لازم است فرا بگیرد در برگیرنده طیف وسیعی از توانایی‌های گروهی، از آغاز، حفظ و پایان یک مکالمه ساده تا تشخیص علائم ارتباط اجتماعی و حتی پیچیده‌ترین آن‌ها مثل،

فرایند حل مشکل و تعارض های به وجود آمده است. والدین می توانند مهارت های اجتماعی دانش آموزان را با استفاده از روش های گوناگون مثل مدل سازی، نقش بازی کردن و اجرای نمایش و تمرین به فرزندانشان بیاموزند.

مهارت های اجتماعی دانش آموزان در مدرسه به خاطر ارتباط با افراد بیشتر پرورش پیدا می کند. چگونه خندیدن، رعایت فاصله اجتماعی نسبت به دیگران، چگونگی صحبت کردن، احوالپرسی با دیگران، گفتگو کردن با دیگران، بازی و کار کردن با دیگران، جلب توجه و درخواست کمک، توانایی مهار پرخاشگری، آراستگی و بهداشت پایه و اساس مهارت های اجتماعی دانش آموزان است.

اجتماعی کردن صحیح افراد و کسب مهارت های اجتماعی لازم، برای زندگی همواره یکی از اهداف اساسی هر جامعه می باشد. چرا که رشد اجتماعی در جریان اجتماعی شدن به وجود می آید، باعث سازگاری و برقراری ارتباط صحیح افراد با دیگران می شود و آن ها را از این طریق قادر به شکوفایی استعداد های بالقوه شان می سازد. جریان اجتماعی شدن که در آن مهارت ها، انگیزه ها، ارزش ها، هنجارها و رفتارهای فرد شکل می گیرد تا به شکل مطلوب در جامعه رفتار کند؛ از کودکی آغاز و در طول عمر ادامه می یابد.

بروز برخی از مشکلات در جامعه ناشی از عدم رشد افراد در زمینه ی تربیت اجتماعی است. پرورش بعد اجتماعی افراد در توسعه و رشد سایر ابعاد زندگی فرد نیز مؤثر است. نوجوانان و جوانان جهت رسیدن به ارزش ها و به دنبال آن زندگی سالم و لذت بخش، سعی در کسب مهارت های اجتماعی دارند. برخی از افراد، سازمان ها و نهادها در اجتماعی کردن افراد نقش اساسی دارند که خانواده ابتدا به شکل غیر رسمی به این امر می پردازد و سپس مدرسه، گروه دوستان و رسانه های جمعی می توانند در کسب مهارت های اجتماعی کودکان و نوجوانان نقش تعیین کننده ای داشته باشند.

بنابراین بدیهی است که هرگونه تلاشی در جهت پرورش مهارت های اجتماعی افراد بایستی از خانواده شروع و سپس در برنامه رسمی و غیر رسمی مدارس بر اساس رشد



دانش آموزان ادامه یافته و در ارتباط با گروه دوستان (به ویژه در دوره ی نوجوانی و جوانی که گرایش به مستقل شدن دارند) ، وسپس رسانه های جمعی زمینه ی کسب مهارت های اجتماعی به شکل مطلوب فراهم آید.



## فصل اول

### جامعه پذیری

#### مفاهیم

ارتباط برقرار کردن و حضور مستمر در فعالیت‌های گروهی یکی از موضوعاتی است که زندگی فردی و اجتماعی هر کس را تحت تأثیر قرار می‌دهد. آموزش و تقویت روابط اجتماعی در فرزندان می‌تواند در کسب موقعیت‌های شغلی آن‌ها در آینده کمک کند. آموزش این روابط از دوران کودکی و قبل از ورود به مدرسه باید توسط والدین به آن‌ها داده شود. کودکانی که قبل از شروع مدرسه این آداب را یاد گرفته‌اند بهتر از سایرین می‌توانند جدا شدن از پدر و مادر و ورود به محیط آموزشی جدید را بپذیرند. البته آموزش والدین هیچ‌کدام از مسئولیت‌های معلم و کادر آموزشی را برای تقویت این مهارت کم نمی‌کند. دانش‌آموزانی که مهارت‌های اجتماعی را کسب می‌کنند، معمولاً در بین همسالان محبوب‌ترند، نمرات بالایی دارند و مورد توجه دبیران قرار می‌گیرند. از طرفی پایین بودن روابط اجتماعی کودکان باعث منزوی شدن و بروز عواقب دراز مدت بر سلامت روانی آن‌ها می‌شود. به همین دلیل آموزش این روابط به کودکان در مدارس یکی از موارد ضروری برای غلبه بر مشکلات پیش روی آن‌ها است.

جنبه‌ی اجتماعی رشد فرد، پایه و اساس زندگی انسانی او را تشکیل می‌دهد. ادامه‌ی زندگی انسان جز در جامعه جریان پیدا نمی‌کند. رشد اجتماعی کودک مانند سایر جنبه‌های رشدی او به تدریج گسترش پیدا می‌کند و تقریباً همه فعالیت‌های او تحت تأثیر

اطرافیان‌ش قرار می‌گیرد. رشد و تکامل اجتماعی کودک با سایر مظاهر رشد و تکامل وی هماهنگ و کاملاً مرتبط است.

افراد وقتی از نظر اجتماعی « رشد یافته » محسوب می‌شوند که در این زمینه کاملاً به شکوفایی رسیده باشند. یعنی به سطحی از مهارت در روابط اجتماعی دست یافته باشند که بتوانند با مردم به راحتی زندگی کنند و سازگاری داشته باشند (وایتزمن، ۱۳۷۵). رشد اجتماعی از آغاز ارتباط کودک با اطرافیان آرام آرام شروع می‌شود؛ که ابتدا با والدین و نزدیکان و بعد با اجتماع و دیگران نشان داده می‌شود. منظور از رشد اجتماعی، نضج فرد در روابط اجتماعی است به طوری که بتواند با افراد جامعه اش، هماهنگ و سازگار باشد. فرد را وقتی اجتماعی خوانند که نه تنها با دیگران باشد، بلکه با آنان همکاری کند. (شعاری نژاد، ۱۳۷۴).

رشد اجتماعی مهم ترین جنبه ی وجود هر شخص می باشد . چرا که رشد اجتماعی نه تنها در سازگاری و انطباق با اطرافیان مؤثر است ، بلکه در آینده ، در میزان موفقیت شغلی و پیشرفت اجتماعی فرد نیز تأثیر دارد.

معیار اندازه گیری رشد اجتماعی هرکس ، میزان سازگاری او با دیگران است. این دیگران شامل همه است، از دوستان، معلمان، افراد خانواده و بستگان گرفته تا همسایه ها و... حتی کسانی که برای اولین بار با آن ها برخورد می کنیم ( وایتزمن، ۱۳۷۵). افراد هر چقدر که بیشتر یاد می‌گیرند و تجربه های بیشتری کسب می‌کنند؛ بیشتر به این واقعیت پی می‌برند که از راه مبادله ی عواطف و احترام به دیگران و تعامل اجتماعی با آن ها است که به احساس رضایت دست می‌یابند و روز به روز بیشتر به یقین می‌رسند که احساس مفید بودن و خوشبختی آن ها به میزان رشد اجتماعی شان بستگی دارد.

رشد اجتماعی مانند رشد جسمانی و ذهنی یک کمیّت پیوسته است و به تدریج به کمال می‌رسد. برای بیشتر افراد، رشد اجتماعی به تدریج در طول زندگی به طور طبیعی و در برخورد با تجربه ها حاصل می‌شود و این همان کیفیتی است که به اصطلاح « کمال یا پختگی » نامیده می‌شود (وایتزمن، ۱۳۷۵).

به طور کلی منظور از رشد و تکامل اجتماعی این است که فرد بتواند روابط اجتماعی برقرار کند یا رشد و نمو لازم برای برقراری در روابط اجتماعی را بدست آورده باشد. به عبارت دیگر وقتی فرد یاد گرفت که با معیارهای گروه، خلیات و سنت ها هم نوایی کند و به مرحله ای رسید که توانست با جامعه اش ارتباط و تعامل داشته باشد؛ می گوییم از لحاظ اجتماعی رشد و تکامل یافته است. بنابراین، احساس وحدت اجتماع و برقراری روابط متقابل میان افراد یک جامعه و همکاری با دیگران از جمله خصایص رشد و تکامل اجتماعی است. رسیدن به این مرحله از رشد مستلزم آن است که کودک در علایق خود تغییر بدهد، شیوه های جدید رفتار را فرا گیرد، و دوستان جدیدی انتخاب کند. فرد اجتماعی علاوه بر آن که مایل است با دیگران به سر برد، خواهان تشریک مساعی با آنان نیز هست. وی می خواهد کاری برای آن ها انجام دهد. فرد گروه دوست یا گروه جو شدیداً مایل است با هموعانش باشد و از تنهایی دل تنگ می شود و همین که خود را در میان گروه خود ببیند میلش ارضا می شود هرچند که با آنان تماس پیدا نکند.

همان طور که اشاره شد، در رشد اجتماعی: خانواده شامل (والدین، خواهران و برادران)، خویشان، همسالان و دوستان، معلمان و مربیان و کلیه افراد جامعه که در اطراف او وجود دارند نقش به سزایی دارند. در این میان نقش خانواده به عنوان کوچک ترین واحد اجتماعی به صورت غیر رسمی و سپس مدرسه به عنوان دومین نهاد که به صورت رسمی از طریق انتقال ارزش ها و هنجارهای جامعه نقش حساسی را بر عهده دارند.

### اهمیت و ضرورت رشد اجتماعی

با توجه به این که انسان موجود اجتماعی است و ادامه زندگی او به صورت انفرادی تقریباً غیر ممکن است؛ به محض تولد و با دریافت اولین احساس در رابطه با دیگران قرار می گیرد. ابتدا این افراد فقط شامل گروه خانواده می باشند، اما به تدریج با گروه های بزرگتر از جمله دوستان، هم کلاسان، معلمان، هم محله ای ها، همشهری ها، هم میهنان می گردد، لذا برای ارتباط با دیگر گروه ها از طریق ایجاد رابطه، سخن گفتن،

گوش کردن و روش های گوناگون بایستی مهارت کسب کرد، لذا رشد اجتماعی برای ایجاد ارتباط با دیگران و زندگی با آنان لازم و ضروری است. اهمیت رشد اجتماعی در این است که دیگران درباره ما چه می اندیشند. در بیشتر موارد فعالیت ما با این هدف صورت می پذیرد که تصویب و تأیید دیگران را بدست آوریم و به قول (وایتزمن، ۱۳۷۵) به دست آوردن تصویب و تأیید دیگران در زندگی مهم است. چرا که سازگاری اجتماعی تا حد قابل توجهی بستگی به این دارد که دیگران فکر می کنند « ما چگونه آدمی هستیم ».

### جامعه ناپذیری

اگر افرادی را که از لحاظ اجتماعی رشد نیافته باشند بررسی کنیم، نخست در می یابیم که رفتار آنان هنوز ویژگی رفتار کودکان خردسال را داراست، یعنی آن ها در همه چیز به پدر و مادر و افراد خانواده وابسته هستند. دوم کودکان اصولاً و عموماً خودخواه هستند و خواست دیگران برای آنها مهم نبوده و خواست خود مهم ترین اصل است. سوم این که کودکان نمی توانند به فعالیتی برای مدت طولانی سرگرم شوند و دارای ویژگی عدم تمرکز هستند و به هرچیز خاصی مشغول می شوند و ثبات ندارند. چهارمین ویژگی کودکان؛ سر هم کردن داستان های دروغین است که والدین را نیز نگران می کند.

پنجمین ویژگی فردی؛ تخیل فوق العاده قوی و فعالی است که دارند و ارتباط آن ها با واقعیت کم است.

ویژگی ششم کودکان که قابل مشاهده نیز می باشد؛ ابهامی است که در ذهن خود از مفهوم زمان دارند و نمی توانند جز برای چند دقیقه بعد پیش بینی و برنامه ریزی کنند. همه ی این ویژگی ها یعنی، وابستگی به دیگران، خودخواهی، عدم تمرکز و ثبات در برنامه ها، ناتوانی در تشخیص و تمیز بین رویاها، تخیلات و واقعیات، عدم توانایی در پیش بینی و برنامه ریزی و... همگی علائم رشد نا یافتگی می باشد، لذا رفتار اجتماعی مناسب فقط از راه یادگیری آموخته می شود و با تمرین و تکرار عادت می شود و این روند بیشتر از همه به کوشش و خواست خود فرد بستگی دارد.

اما عواملی چون پدر و مادر ، خانواده ، معلم ، دوستان ، حتی مطالبی که می خوانیم و فیلم هایی که می بینیم در آن تأثیر دارند.

بیشتر کودکان نیز از طریق غیر مستقیم زندگی اجتماعی را می آموزند، برای مثال یاد می گیرند که اگر فلان رفتار را داشته باشند تحسین شده و از آن جا می فهمند که آن رفتار درست است و به عکس سرزنش و مجازات والدین برای کودک چنین معنی می دهد، که از او اشتباهی سرزده، البته فرصت یادگیری قوانین و مقررات اجتماعی برای همه کودکان یکسان نیست.

## سازگاری اجتماعی

تربیت در معنای وسیع « شامل پرورش روح و جسم فرد و جامعه در عرصه های گوناگون است » ، یکی از ابعاد مهم تربیت که تأثیر زیادی بر سایر ابعاد دارد ، تربیت اجتماعی است . زندگی در جامعه ی امروز نیازمند کسب سلسله ای از دانش ها ، مهارت ها و نگرش ها در زمینه های مختلف از جمله بعد اجتماعی است.

در مورد تربیت اجتماعی تعاریف گوناگونی ارائه شده است . جامعه شناسان ، روان شناسان و انسان شناسان از دیدگاه خود تعریفی از این مفهوم ارائه داده اند.

در فرهنگ علوم رفتاری (۱۳۶۴) در مورد تربیت اجتماعی آمده است: تجاربی معمولاً کنترل شده که توانایی و شایستگی فرد را برای شرکت در زندگی گروهی افزایش و گسترش می دهد.(شعاری نژاد، ۱۳۶۴)

تربیت اجتماعی ساختن انسان در برابر امور و وقایع اجتماعی است تا عکس العمل های به جا نشان دهد و بتواند استعداد های ذاتی خود را به نفع جامعه و فراخور نیازمندی های آن به ظهور برساند ( قرائی مقدم، ۱۳۷۰). پس تربیت اجتماعی فرد را برای قبول مسئولیت در جامعه آماده می سازد. هر چند در جریان اجتماعی ساختن افراد، هر شخص دارای استعداد های بالقوه جهت یادگیری بسیاری از رفتارها ست و آن حرکاتی را بیشتر انجام می دهد که با موازین گروهی اجتماعی اش سازگارتر است و این گونه رفتارهایش از مقبولیت برخوردار می باشد، فرد باید به گونه ای تربیت شود که به اجتماع خدمت کند و در هنگام ضرورت به تنهایی به اندیشه بپردازد و یا درموقع لزوم با آرای جمعی