



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

زمان چاپ: ۱۴۰۲/۰۸/۰۲

شماره مجوز مجله: ۸۰۴۰۰

تأثیر برنامه یادگیری اجتماعی هیجانی بر ارزش‌های زندگی دانش‌آموزان پایه چهارم ابتدایی در شهر ارومیه

حامد حیدرپور زرگ آباد^۱، مجتبی حاجی زاده^۲، حسین مهدی قلی زاده^۳، اسماعیل شرافت^۴

۱- لیسانس آموزش ابتدایی، دانشگاه آزاد واحد سلماس

۲- کارشناسی ارشد مدیریت آموزشی، دانشگاه آزاد تبریز

۳- لیسانس روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد ارومیه

۴- کارشناسی آموزش ابتدایی دانشگاه فرهنگیان، پردیس شهید رجایی ارومیه

hamedheydarpoor72@yahoo.com

چکیده

پژوهش حاضر با هدف تأثیر برنامه یادگیری اجتماعی هیجانی بر ارزش‌های زندگی دانش‌آموزان پایه چهارم ابتدایی در شهر ارومیه انجام شد. یادگیری اجتماعی-هیجانی فرآیند کمک به کودکان و بزرگترها است تا مهارت‌های اساسی زندگی مؤثر را کسب نمایند. این رویکرد مهارت‌های مورد نیاز جهت تسلط بر خود و روابط و همکاری مؤثر و اخلاقی را آموزش می‌دهد. در این تحقیق از روش نیمه آزمایشی، پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل استفاده شده است. جامعه آماری ما متشکل از دانش‌آموزان پایه چهارم ابتدایی بود که در شهر ارومیه در سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۳ تحصیل می‌کردند که تعداد آنها ۲۹۳۶ نفر می‌باشند. حجم نمونه آماری پژوهش شامل ۴۰ دانش‌آموز ابتدایی پایه چهارم بود که (۲۰ نفر از دانش‌آموزان در گروه آزمایش و ۲۰ نفر از دانش‌آموزان در گروه کنترل) جایدهی شد. به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها از نرم افزار SPSS نسخه ۲۳ استفاده شد. معیارهای ورود شرکت کنندگان به پژوهش از دانش‌آموزان پسر، و تحصیل در پایه چهارم ابتدایی بود و معیار خروج از پژوهش شامل انصراف هر یک از دانش‌آموزان از ادامه شرکت در برنامه آموزشی و غیبت بیش از ۲ جلسه و عدم پاسخگویی به سؤالات مرحله پیش‌آزمون یا پس‌آزمون بود. لازم به ذکر است که به جهت رعایت اصول اخلاقی، پیش از شروع آموزش از شرکت‌کنندگان در پژوهش به صورت کتبی رضایت‌نامه دریافت شد. نتایج تحقیق حاضر نشان داد که آموزش یادگیری اجتماعی هیجانی دانش‌آموزان، بر ارزش‌های زندگی کودکان پایه چهارم ابتدایی شهر ارومیه مؤثر بوده است.

کلمات کلیدی: یادگیری، یادگیری اجتماعی، دانش‌آموزان، پایه چهارم، ارزش‌های زندگی



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

مقدمه

بدون تردید یکی از اولویت‌های امروز جوامع مختلف جهان، پرورش کودکانی سالم در بعد جسمانی و روانی و اجتماعی است. بنابراین ضروری است برای هدایت و تقویت نیروهای بالقوه آنان به سوی سازندگی و تحول، بهداشت جسمی و روانی و اجتماعی آنان حفظ گردد (زرگر، مهربانی زاده هنرمند، زرافشان، ۱۳۹۷). مدارس نشان می‌دهند، که در تربیت جنبه‌های غیرشناختی و غیرتحصیلی، نتوانستند موفق عمل کنند (بدری گرگری، فتیحی آذر، میرنسب، احراری، ۱۳۹۵). در نتیجه، تمرکز اصلی مدارس بر رشد سازه‌های شناختی و اخلاقی دانش آموزان است (پیچ و پیچ، ۲۰۱۱). داشتن ارزش‌های اخلاقی و ارزش‌های والای انسانی مهم است. زیرا، امروزه جامعه جهانی نیازمند اخلاقی فراگیر جهانی است. توجه به ارزش‌های زندگی کودکان نظیر؛ صلح و دوستی، احترام، فروتنی، مسئولیت پذیری، آزادی و غیره ... بخشی از این اخلاق جهانی است (بری آراین، ۲۰۱۰). این ارزش‌ها زمانی معنا پیدا می‌کنند که در فرد درونی شوند و هم چون بخشی از رفتار در زندگی روزمره تجلی پیدا کند و اصل مهم‌تر این است که ارزش‌های زندگی را باید از کودکی آموخت (محمدی، جعفری روشن، ۱۳۹۷). پژوهش‌ها نشان دادند که بسیاری از مشکلات عاطفی - روانی دانش آموزان محصول فرایند حاوی مهارت‌ها و ارزش‌های زندگی است که نیازمند توجه و آموزش است (محمدی، ۱۳۹۳). بنابراین نقش و کارکرد مدارس در آستانه هزاره سوم میلادی تغییر چشمگیری پیدا کرده است. افزون بر ایفای نقش سنتی مدارس مبنی بر تربیت افرادی فرهیخته، مدارس عهده دار پرورش شهروندانی مسئول، رشدیافته و برخوردار از مهارت و شایستگی‌های اخلاقی و اجتماعی هستند (پلی تری، استرن، شلتون، مولر-آکرمن، ۲۰۰۶).

یکی از رویکردهای جدید جهت ارتقای این مهارت‌های شناختی و اجتماعی و اخلاقی، دانش آموزان از جمله ارزش‌های زندگی آنان و پیشگیری و مقابله با رفتارهای هیجانی و مشکلات رفتاری، کاهش مشکلات برون نمود و درون نمود، بهبود و گسترش جو کلاس، رویکرد یادگیری اجتماعی-هیجانی می‌باشد. به عبارت دیگر زمانی که بچه‌ها مهارت‌های اجتماعی-هیجانی‌شان گسترش می‌یابد و ارزش‌های زندگی و مهارت‌های اجتماعی را از طریق یادگیری اجتماعی-هیجانی کسب می‌نمایند، احساس اعتماد و عزت نفس در آنها بهبود یافته و ارزش‌های زندگی از طریق نگرش‌ها و احساسات مثبت نسبت به آن ارتقا یافته، نمرات درسیشان بهبود می‌یابد، و مشکلات رفتاری همچون پرخاشگری، در هم گسیختگی، پریشانی هیجانی، اضطراب، افسردگی و مصرف مواد کاهش می‌یابد (چینگ، جیار، جفری؛^۴ به نقل از احراری، ۱۳۹۷). یادگیری اجتماعی-هیجانی یکی از اهداف اساسی آموزش و پرورش در سراسر جهان می‌باشد و هدف آن بهبود موفقیت تحصیلی دانش آموزان و انسجام اجتماعی، جهت رشد و بهبود تعاملات اجتماعی بین هم‌تایان و افزایش خودکنترلی هیجانی است (کپسادا، ۲۰۱۶).

یادگیری اجتماعی-هیجانی فرآیند کمک به کودکان و بزرگترها است تا مهارت‌های اساسی زندگی مؤثر را کسب نمایند. این رویکرد مهارت‌های مورد نیاز جهت تسلط بر خود و روابط و همکاری مؤثر و اخلاقی را آموزش می‌دهد. این مهارت‌ها شامل تشخیص و کنترل هیجانها، رشد مراقبت و توجه به دیگران، تصمیم‌گیری مسئولانه، ایجاد روابط مثبت، حل مؤثر موقعیت‌های چالش برانگیز در زندگی می‌گردد، این مهارت‌ها به یادگیرندگان امکان می‌دهد تا زمانی که خشمگین می‌شوند خود را آرام نمایند، دوستانی داشته باشند، تعارضات بین خود را با احترام حل کنند، انتخاب‌های درست، اخلاقی و ایمن داشته باشند. یادگیری اجتماعی-هیجانی مهارت‌های لازم برای کودکان فراهم می‌آورد تا یادگیرندگان فعال و موقتی در مدرسه باشند و تعاملات با کیفیتی با هم‌تایان و معلمان داشته باشند. یادگیری اجتماعی-هیجانی موفقیت تحصیلی، سلامت و بهزیستی،

^۱. Page & Page

^۲. Berry&Erin

^۳. Pellitteri, Stern, Shelton & Muller-Ackerman

^۴. Ching, Jiar & Jaffri

^۵. Capsada



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

افزایش ارزش‌های زندگی، روابط مثبت با مدرسه، هم‌تایان و معلمان، و مهارت‌های مؤثر بین فردی را ارتقا می‌بخشد (کمیتۀ برنامه درسی یادگیری اجتماعی-هیجانی پوزد؛ به نقل از احراری، ۱۳۹۷).

یادگیری اجتماعی-هیجانی در نظر دارد تا به رشد همه جانبه و کل کودک دست یابد، نه فقط اینکه از بیماری یا پیامدهای منفی اجتناب کند (همیلتون و ردmond،^۱ ۲۰۱۰). از نظر هانستد^۲ (۲۰۱۸) کلی‌گرایی به این معنا است که فراگیران را موجوداتی پیچیده با تعاملات ذهن، جسم، روان و هیجانها در نظر بگیریم. آموزش اجتماعی-هیجانی به عنوان فرایند آموزشی تعریف می‌شود که افراد شایستگی‌های درون فردی و بین فردی در حوزه اجتماعی، هیجانی و تحصیلی و شناختی را از طریق رویکردهای درسی تعبیه شده، ارتباطی و رفتاری کسب می‌کنند. این تعریف برآگاهی، درک و مدیریت خود و دیگران از طریق فرایندهای اجتماعی، هیجانی و شناختی دلالت دارد. این امر شامل درک خود و دیگران، تنظیم هیجانها و گسترش هیجانهای مثبت، رشد ارتباطات سالم و مراقب، تصمیم‌گیری خوب و مسئولانه، استفاده از توانمندیهای خود و غلبه بر مشکلات و تفاوت‌ها، در عملکردها و وظایف اجتماعی و تحصیلی می‌شود. آموزش اجتماعی و هیجانی به ماهیت وسیع و چندبعدی تدریس و یادگیری مربوط می‌شود که جنبه‌های زیستی، هیجانی، شناختی و اجتماعی را در بر می‌گیرد (سفایی، کابونی ۲۰۱۴).

هدف نهایی برنامه‌های یادگیری اجتماعی-هیجانی کمک به دانش‌آموزان است تا خود را بهتر بشناسند و ارزش‌های زندگی را در خود ارتقاء دهند، و اینکه این شناخت، شیوه تعامل، کار و زندگی با هم‌تایان، معلمان، خانواده و جامعه را بهبود می‌بخشد (کپسادا،^۳ ۲۰۱۶). با توجه به مطالب فوق و همچنین کمبود پیشنه‌های تجربی مشخص گردید که تا کنون علی‌رغم علاقه محققین پیشین در حوزه مهارت‌های یادگیری اجتماعی-هیجانی، تحقیقی در خصوص اثربخشی مداخلات یادگیری اجتماعی هیجانی کودکان قوی بر ارزش‌های زندگی کودکان پایه چهارم ابتدایی صورت نگرفته است. از این رو با توجه به خلأ پژوهشی در زمینه آموزش یادگیری اجتماعی هیجانی کودکان قوی، پژوهش حاضر با هدف پر کردن این خلأ پژوهشی بر ارزش‌های زندگی کودکان پایه چهارم ابتدایی تمرکز خواهد کرد. بنابراین این پژوهش درصدد شد تا به این سؤال پژوهشی پاسخ دهد که آیا مداخلات یادگیری اجتماعی هیجانی کودکان قوی بر ارزش‌های زندگی کودکان پایه چهارم ابتدایی اثر بخش است؟

روش پژوهش

روش پژوهش حاضر از نوع نیمه‌آزمایشی و طرح آن به صورت پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل بود.

جامعه، نمونه، و روش نمونه‌گیری

در پژوهش حاضر جامعه آماری عبارت است از: کلیۀ دانش‌آموزان پایه چهارم ابتدایی شهر ارومیه منطقه ۲ که در سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۳ در مدارس تحصیل می‌کنند که تعداد آنها ۲۹۳۶ نفر می‌باشند. تعداد افراد نمونه پژوهش با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب شد. به این صورت که از بین مدارس ابتدایی شهر ارومیه منطقه ۲ دو کلاس درس پایه چهارم از دو مدرسه به طور تصادفی انتخاب شدند و به طور تصادفی یکی از کلاس‌ها به عنوان گروه کنترل و یکی دیگر از کلاس‌ها به عنوان گروه آزمایش نام‌گذاری شد. حجم نمونه آماری پژوهش شامل ۴۰ دانش‌آموز ابتدایی پایه چهارم بود که (۲۰ نفر از دانش‌آموزان در گروه آزمایش و ۲۰ نفر از دانش‌آموزان در گروه کنترل جایدهی شد. معیارهای ورود شرکت‌کنندگان به پژوهش از دانش‌آموزان پسر، و تحصیل در پایه چهارم ابتدایی بود و معیار خروج از پژوهش شامل انصراف هر یک از دانش‌آموزان از ادامه شرکت در برنامه آموزشی و غیبت بیش از ۲ جلسه و عدم پاسخگویی به سؤالات مرحله پیش‌آزمون یا پس‌آزمون بود. لازم به

^۱. Hamilton & Redmond

^۲. Hanstedt

^۳. Capsada



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

ذکر است که به جهت رعایت اصول اخلاقی، پیش از شروع آموزش از شرکت کنندگان در پژوهش به صورت کتبی رضایت نامه دریافت شد.

ابزارها

پرسشنامه مقیاس ارزشی شوارتز (۲۰۰۴). شوارتز بر اساس پیمایش ارزشی راکیچ زمینه یابی بررسی ارزشهای خود را (SVS) ساخت. پرسشنامه شوارتز مشتمل بر ۵۷ ارزش است که شامل ۳۰ ارزش غایی و ۲۷ ارزش ابزاری هستند (دلخوش، ۱۳۸۶). روایی این پرسشنامه در ۵۲ کشور مورد استفاده قرار گرفته است. در خصوص پایایی این آزمون که توسط (شوارتز، ۲۰۰۴) در شش کشور اجرا گردید، الفای به دست آمده در خرده مقیاس‌های خیرخواهی، سنت گرایی، همنوایی، امنیت، قدرت، برانگیختگی، لذت گرایی، موفقیت، خود اتکایی، و جهان گرایی به ترتیب ۰/۶۰، ۰/۳۷، ۰/۴۸، ۰/۶۴، ۰/۵۰، ۰/۷۶، ۰/۷۹، ۰/۵۲، ۰/۵۳، ۰/۵۷ بود. پایایی این پرسشنامه در پژوهش که توسط دلخوش و احمدی (۱۳۸۱) در یک نمونه (مشتمل بر ۱۲۰ فرد دختر و پسر) از طریق روش باز آزمون به فاصله ۲ هفته صورت پذیرفت مورد تأیید قرار گرفت. ضرایب به دست آمده حاکی از قابلیت پایایی و اعتبار شایان توجه ریخت‌های ارزشی بوده است. در جدول ۱ نوع بندی انگیزشی ارزش‌های شوارتز سهامی (۱۳۸۷) بیان شده است.

جدول ۱: نوع بندی انگیزشی ارزشهای شوارتز سهامی (۱۳۸۷)

شماره سؤالات	ارزش‌های محاسبه شده	ریخت ارزشی
۱۹، ۸، ۱۸، ۲	قدرت اجتماعی، ثروت، اقتدار، اهمیت اعتبار اجتماعی فرد	موفقیت
۴۶، ۴۲، ۳۵، ۳۱، ۲۷	پیشرفت، احترام به خود، بلند مرتبه جو، با نفوذ، توانا، هوشمند، موفق	قدرت
۴۹، ۲۰، ۶	لذایذ نفسانی، شادی و خشنودی، زندگی لذت بخش	لذت طلبی
۵۶، ۳۰، ۲۶، ۱۲	شجاع، زندگی مهیج، زندگی متنوع، متهور	انگیزش
۴۰، ۳۴، ۲۲، ۱۴، ۱۱، ۹، ۴، ۵۲، ۴۵	آزادی، ابداع، خلاقیت، خلوت، مستقل، انتخاب شخصی هدف‌های خود، کنجکاو، هدف دار	خوداتکایی
۵۵، ۵۴، ۵۳، ۲۳، ۲۱، ۱	برابری، صلح جهانی، طبیعت زیبا، یگانگی با طبیعت، خرد، جهان زیبا، عدالت اجتماعی، دارای وسعت نظر، حفاظت از محیط زیست	جهان گرایی
۴۷، ۴۳، ۳۹، ۳۲، ۳۸، ۲۵، ۵۷، ۵۱	وفادار، صادق، یاریگر، مسئولیت پذیر، بخشاینده، مفید بودن، درستکار	خیرخواهی
۴۴، ۳۷، ۳۶، ۲۹، ۲۴، ۱۳	احترام به سنت و اعتدال، کرنش، فروتنی، پذیرش تقدیر، دیندار	سنت



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

همنویایی	ادب و فرمانبردار، خودانضباطی، احترام به والدین و بزرگ‌ترها	۷، ۱۰، ۱۷، ۲۸، ۳۴، ۴۱، ۴۸
امنیت	حس تعلق خاطر، جبران محبت دیگران، امنیت خانوادگی، تندرست، پاکیزه، امنیت ملی، نظم اجتماعی	۳، ۵، ۱۵، ۱۶، ۵۰

معرفی برنامه‌های آموزشی

برنامه یادگیری اجتماعی-هیجانی دانش آموزان، برنامه‌ای است که توسط مرل، کاریزالز انگلن، فیوربرن، گولدنر و ترن^۱ (۲۰۰۷) تهیه شد و بعداً توسط کاریزالز انگلن، فیوربرن، گولدنر و ترن^۲ (۲۰۱۶) مورد بازنگری و اصلاح قرار گرفت. این کتاب در بسیاری از مدارس ایالت متحده آمریکا و استرالیا در غالب دروس رسمی مدارس تدریس می‌شود و اثربخشی آن بارها توسط پژوهشگران مختلف مورد ارزیابی قرار گرفته است (تیلور، اوپل، دورالک و ویسبرگ، ۲۰۱۷؛ گرینبرگ، دومیتروویچ، ویسبرگ، دورالک، ۲۰۱۷؛ دومیتروویچ، دورالک، استالی، ویسبرگ، ۲۰۱۷؛ دمینیکی، سامبولت، کیدرون، ۲۰۱۳؛ دورالک، ویسبرگ، دمینیکی، تایلر، اشلینگر، ۲۰۱۱؛ اولیوو، ۲۰۰۷). بعد از ترجمه کتاب به فارسی در ۲۷۰ صفحه و اطمینان از تطابق برنامه با فرهنگ بومی ایران توسط بدری گری گری، هاشمی، ادیب، اداب (۱۳۹۷) روایی صوری و محتوایی بسته حاضر مورد تأیید قرار گرفته است. ضریب روایی محتوایی بسته ۰/۷۵ گزارش شده است. برنامه مورد نظر شامل ۱۲ درس می‌باشد و طی ۱۲ جلسه ۵۰ تا ۶۰ دقیقه‌ای (هر هفته یک جلسه) در طول ۳ ماه اجرا خواهد شد و بعد از آموزش هر درس، در طول هفته نیز مرور و تأکید شد. آموزش‌ها به صورت گروهی و به شیوه ارائه به روش‌های مختلف سخنرانی، بحث گروهی، ایفای نقش و پخش تصاویر و کلیپ‌های مرتبط بود. خلاصه‌ای از اهداف و محتوای برنامه اجتماعی-هیجانی کودکان قوی در جدول ۲ به شرح ذیل است:

^۱. Merrell, Carrizales, Feuerborn, Gueldner, Tran

^۲. Carrizales-Engelmann, Feuerborn, Gueldner, Tran



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

جدول ۲: خلاصه‌ای از اهداف و محتوای برنامه اجتماعی-هیجانی کودکان قوی

جلسات	محتوای آموزشی
اول	درس اول: تمرین قدرت هیجانی اهداف: خودآگاهی، تصمیم‌گیری مسئولانه محتوای جلسه: معرفی و توضیح انواع هیجانات با نشان دادن تصویر و ارائه مثال‌هایی از هر هیجان اجرای پیش‌آزمون
دوم	درس دوم: فهم هیجانات ۱ اهداف: خودآگاهی، آگاهی اجتماعی محتوای جلسه: آموزش علائم و نشانه‌های جسمانی که با هر هیجان تجربه می‌شود توضیح در مورد تجربه هیجانات به صورت طیفی از خوشایند تا ناخوشایند آموزش اندازه‌گیری شدت هیجانات با استفاده از دماسنج هیجانات
سوم	درس سوم: فهم هیجانات ۲ اهداف: خودآگاهی، آگاهی اجتماعی، تصمیم‌گیری مسئولانه، مدیریت خود محتوای جلسه: شناسایی افکار و هیجانات با ارائه مثال‌ها و موقعیت‌های مختلف آموزش تشخیص رفتارهای مفید یا غیرمفید، محرمانه یا بی ادبانه، مسئولانه یا غیرمسئولانه آموزش واکنش مناسب به هیجانات
چهارم	درس چهارم: فهم هیجانات دیگران اهداف: آگاهی اجتماعی، مهارت‌های ارتباطی محتوای جلسه: آموزش گوش دادن فعال و نمایش همدلی آموزش شناسایی و مدل‌سازی هیجانات آموزش حدس زدن هیجانات آموزش نگاه کردن از دیدگاه شخصی دیگر
پنجم	درس پنجم: مقابله با خشم اهداف: خودآگاهی، تصمیم‌گیری مسئولانه، مدیریت خود، آگاهی اجتماعی، مهارت‌های ارتباطی محتوای جلسه: واکنش‌های نه چندان خوب در موقعیت‌های ایجادکننده خشم مراحل توسعه خشم انواع واکنش‌ها در هنگام بروز خشم و عواقب هر واکنش معرفی استرژي‌های خوب
ششم	درس ششم: تفکر شفاف ۱ اهداف: خودآگاهی، مدیریت خود محتوای جلسه: شناسایی انواع تله‌های فکری (خطاهای شناختی) ارائه مثال‌ها و موقعیت‌هایی که افراد در انواع تله‌های فکری گیر افتادند.
هفتم	درس هفتم: تفکر شفاف ۲ اهداف: خودآگاهی، مدیریت خود، آگاهی اجتماعی، تصمیم‌گیری مسئولانه محتوای جلسه: استفاده از شواهد برای پیدا کردن و تغییر دیدگاه نسبت به تله‌های فکری چگونگی پیدا کردن شواهد (شواهد تأییدکننده، ردکننده) تغییر دیدگاه نسبت به تله‌های فکری
هشتم	درس هشتم: حل مشکلات دیگران اهداف: خودآگاهی، مدیریت خود، آگاهی اجتماعی، تصمیم‌گیری مسئولانه، مهارت‌های ارتباطی محتوای جلسه: حفظ نگرش مسئولانه و محترمانه حین مناظره آموزش گوش دادن مشتاقانه محترم، مسئول و آگاهی نسبت به رویکرد خود بودن در برقراری ارتباط و گوش دادن معرفی راه‌های مختلف حل مناظره و بحث در مورد هر راه حل و زمان استفاده از هر کدام معرفی و توضیح مدل چهار مرحله‌ای حل مشکل
نهم	درس نهم: رهایی از استرس اهداف: خودآگاهی، مدیریت خود، آگاهی اجتماعی، تصمیم‌گیری مسئولانه محتوای جلسه: تأثیر استرس بر بدن، هیجانات و رفتار علائم استرس و استراتژی‌های سالم و ناسالم مقابله با آن و پیامدهای هر استراتژی راه‌های مختلف مدیریت استرس تکنیک‌های تمدد اعصاب برای مدیریت استرس تکنیک‌های تمدد اعصاب برای مدیریت استرس تمرین تمدد اعصاب (تنفس شکمی یا شل کردن عضلات)
دهم	درس دهم: مثبت‌زندگی کردن اهداف: خودآگاهی، مدیریت خود، آگاهی اجتماعی، تصمیم‌گیری مسئولانه محتوای جلسه: لیستی از عادت‌های سالم و عادت‌های روزهای کاری و عادت‌های آخر هفته لیست بعضی از فعالیت‌ها یا کارهایی که حس خوبی می‌دهند آیا فعالیت مورد نظر اثر بلندمدت دارد یا کوتاه مدت
یازدهم	درس یازدهم: ایجاد اهداف مستحکم و هوشمندانه اهداف: خودآگاهی، مدیریت خود، تصمیم‌گیری مسئولانه محتوای جلسه: ارائه لیستی از مثال‌ها و پیشنهادهای از قسمت‌های مختلف زندگی که می‌توانند بر سلامت عمومی تأثیر بگذارند دیدن انتخاب‌های سالم در زندگی روزمره راه‌های تعیین هدف که به خوبی کار می‌کنند راه‌هایی نیز که به خوبی کار نمی‌کنند. ارائه مثال‌ها و نقیض‌های تعیین هدف
دوازدهم	درس دوازدهم: پایان اهداف: خودآگاهی، مدیریت خود، تصمیم‌گیری مسئولانه، آگاهی اجتماعی، مهارت‌های ارتباطی محتوای جلسه: مروری بر درس‌های قبل اجرای پس‌آزمون



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

نتایج

برای بررسی اثربخشی آموزش یادگیری اجتماعی هیجانی کودکان قوی بر ارزش‌های زندگی کودکان پایه چهارم ابتدایی شهر ارومیه، ابتدا شاخص‌های توصیفی متغیرها در پیش‌آزمون و پس‌آزمون، شامل میانگین و انحراف استاندارد به تفکیک گروه‌ها در جدول ۳ گزارش شده است.

جدول ۳: شاخص‌های توصیفی پیش‌آزمون متغیرارزش‌های زندگی به تفکیک گروه‌های آزمایش و کنترل (تعداد: ۴۰)

متغیر	گروه	میانگین	انحراف استاندارد	کمترین داده	بیشترین داده	کجی	کشیدگی
موفقیت	آزمایش	۱۶/۱۰	۳/۳۳	۱۰	۲۴	۰/۶۶	۰/۶۵
	کنترل	۱۵/۸۰	۳/۲۳	۱۰	۲۴	۰/۸۹	۱/۱۴
قدرت	آزمایش	۲۳/۶۵	۵/۶۵	۱۴	۳۵	-۰/۰۷	-۰/۲۶
	کنترل	۲۳/۴۵	۶/۲۷	۱۰	۳۵	-۰/۱۷	۰/۲۱
لذت طلبی	آزمایش	۱۲/۸۵	۲/۷۷	۸	۲۱	۰/۹۵	۰/۰۲
	کنترل	۱۳/۳۵	۲/۸۸	۸	۲۰	۰/۳۵	۰/۳۴
انگیزش	آزمایش	۱۷/۳۵	۳/۹۳	۱۳	۲۸	۰/۳۵	۰/۸۰
	کنترل	۱۶/۷۵	۴/۱۰	۱۲	۲۸	۰/۴۹	۰/۱۹
خوداتکایی	آزمایش	۴۸/۲۵	۶/۶۵	۴۱	۶۲	۱	-۰/۰۸
	کنترل	۴۷/۵۵	۵/۷۹	۴۰	۶۳	۰/۰۸	۰/۱۵
جهان‌گرایی	آزمایش	۲۹	۶/۰۸	۲۰	۴۲	۰/۵۰	۰/۱۶
	کنترل	۲۹/۸۰	۶/۲۷	۲۰	۴۲	۰/۱۹	-۰/۵۲
خیرخواهی	آزمایش	۴۲/۵۰	۵/۰۹	۳۵	۵۶	۱/۱۰	۰/۷۶
	کنترل	۴۱/۹۵	۶/۸۸	۳۰	۵۶	-۰/۱۱	-۰/۴۲
سنت	آزمایش	۲۵/۹۵	۵/۵۳	۲۰	۴۲	۰/۲۱	۰/۸۰
	کنترل	۲۶/۸۵	۶/۴۵	۲۰	۴۲	۱/۶۷	۱/۷۹
همنوایی	آزمایش	۴۰/۹۰	۵/۲۹	۳۵	۵۶	۰/۴۷	۰/۳۳
	کنترل	۴۲/۶۰	۶/۲۵	۳۴	۵۶	۰/۲۴	-۰/۶۶
امنیت	آزمایش	۲۶/۳۰	۴/۱۵	۲۰	۳۵	۰/۶۷	۰/۲۶
	کنترل	۲۶/۴۵	۳/۳۰	۲۱	۳۵	۰/۹۰	۰/۹۲

در جدول ۳ یافته‌های توصیفی متغیرهای پژوهش در مرحله پیش‌آزمون گزارش شده است. همچنین جدول فوق شاخص‌های کجی و کشیدگی متغیرها را نیز نشان می‌دهد. همان‌طور که ملاحظه می‌گردد، مقدار کجی مؤلفه‌ها که قدر مطلق این شاخص‌ها کمتر از ۳ می‌باشد. بنابراین کجی متغیرهای پژوهش در سطح نرمال می‌باشد. قدر مطلق شاخص کشیدگی نیز کمتر از ۱۰ می‌باشد. بنابراین کشیدگی متغیرهای پژوهش در سطح نرمال می‌باشد. با توجه به این یافته‌ها می‌توان گفت که توزیع همه مؤلفه‌های ارزش‌های زندگی در مرحله پیش‌آزمون در دو گروه مورد مطالعه (آزمایش و کنترل) نرمال می‌باشد.



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

جدول ۴ شاخص‌های توصیفی پس آزمون متغیرارزش‌های زندگی به تفکیک گروه‌های آزمایش و کنترل (تعداد: ۴۰)

متغیر	گروه	میانگین	انحراف استاندارد	کمترین داده	بیشترین داده	کجی	کشیدگی
موفقیت	آزمایش	۱۸/۹۵	۳/۱۷	۱۴	۲۴	۰/۲۴	-۰/۹۸
	کنترل	۱۶/۲۰	۳/۳۱	۱۰	۲۴	۰/۶۷	۰/۴۹
قدرت	آزمایش	۲۷/۵۰	۵/۰۳	۲۰	۳۵	-۰/۲۳	-۰/۹۰
	کنترل	۲۳/۹۰	۶/۱۹	۱۰	۳۵	-۰/۳۹	۰/۴۴
لذت طلبی	آزمایش	۱۶/۴۵	۲/۸۰	۱۲	۲۱	۰/۰۹	-۱/۱۰
	کنترل	۱۳/۹۰	۳/۱۹	۸	۲۱	۰/۱۰	-۰/۰۸
انگیزش	آزمایش	۲۱/۰۵	۳/۷۴	۱۵	۲۸	۰/۲۱	-۰/۴۴
	کنترل	۱۷/۲۵	۴/۰۵	۱۲	۲۸	۱/۲۷	۱/۵۹
خوداتکایی	آزمایش	۵۲/۶۰	۶/۱۳	۴۵	۶۳	۰/۵۳	-۰/۸۷
	کنترل	۴۷/۸۰	۵/۹۸	۴۰	۶۳	۰/۸۴	۰/۵۳
جهان گرایی	آزمایش	۳۳/۵۰	۵/۸۶	۲۵	۴۲	-۰/۱۴	-۰/۹۷
	کنترل	۳۰/۳۰	۶/۹۲	۲۰	۴۲	۰/۳۰	-۰/۷۷
خیرخواهی	آزمایش	۴۵/۹۰	۴/۸۳	۳۸	۵۶	۰/۷۶	۰/۲۹
	کنترل	۴۳/۳۰	۶/۶۸	۳۱	۵۶	-۰/۲۰	-۰/۵۴
سنت	آزمایش	۲۹/۲۰	۵/۰۳	۲۴	۴۲	۱/۸۰	۰/۸۵
	کنترل	۲۷/۲۵	۶/۵۲	۲۰	۴۲	۰/۵۵	۰/۵۴
همنوایی	آزمایش	۴۵/۳۰	۴/۵۳	۴۰	۵۶	۱	۰/۹۲
	کنترل	۴۲/۷۰	۶/۰۹	۳۵	۵۶	۰/۴۰	-۰/۵۹
امنیت	آزمایش	۲۹/۷۵	۳/۸۳	۲۲	۳۵	-۰/۰۹	-۰/۵۳
	کنترل	۲۶/۹۰	۳/۲۵	۲۱	۳۵	۰/۶۱	۰/۶۱

در جدول ۴ یافته‌های توصیفی متغیرهای پژوهش در مرحله پس آزمون گزارش شده است. همچنین جدول فوق شاخص‌های کجی و کشیدگی متغیرها را نیز نشان می‌دهد. همان طور که ملاحظه می‌گردد، مقدار کجی مؤلفه‌ها که قدر مطلق این شاخص‌ها کمتر از ۳ می‌باشد. بنابراین کجی متغیرهای پژوهش در سطح نرمال می‌باشد. قدر مطلق شاخص کشیدگی نیز کمتر از ۱۰ می‌باشد. بنابراین کشیدگی متغیرهای پژوهش در سطح نرمال می‌باشد. با توجه به این یافته‌ها می‌توان گفت که توزیع همه مؤلفه‌های ارزش‌های زندگی در مرحله پس آزمون در دو گروه مورد مطالعه (آزمایش و کنترل) نرمال می‌باشد.

جهت بررسی فرضیه پژوهش مبنی بر اثربخشی آموزش یادگیری اجتماعی کودکان قوی بر ارزش‌های زندگی کودکان پایه چهارم، با توجه به اینکه مؤلفه‌های ارزش‌های زندگی (موفقیت، قدرت، لذت طلبی، انگیزش، خوداتکایی، جهان گرایی، خیرخواهی، سنت، همنوایی و امنیت) از لحاظ نظری و تجربی با یکدیگر ارتباط دارند، از تحلیل کوواریانس چندمتغیری یک راهه (One-way MANCOVA) استفاده شد. برای بررسی این پیش فرض از آزمون لون استفاده شد. و نتایج نشان داد که واریانس متغیر ارزش‌های زندگی در گروه‌های آموزش یادگیری اجتماعی هیجانی کودکان قوی و کنترل پژوهش همگن است؛ زیرا مقدار شاخص F این متغیر معنی‌دار نیست ($p > 0/05$). بنابراین، پیش فرض همگنی واریانس‌ها برای متغیر ارزش‌های



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

زندگی محقق شده است. برای بررسی این پیش فرض از برون داد اثرات تعاملی در تحلیل کوواریانس استفاده شد. همچنین نتایج نشان داد که پیش فرض همگنی اثر تعاملی در گروه‌های مورد مطالعه (گروه آموزش یادگیری اجتماعی هیجانی کودکان قوی و کنترل) در متغیر ارزش‌های زندگی، محقق شده است، چرا که مقدار F تعاملی در سطح $0.05 < P$ معنی‌دار نیست. برای بررسی این پیش فرض از برون داد نمودارهای شیب خط رگرسیون متغیرهای وابسته در گروه‌های مورد مطالعه، استفاده شد. در نتیجه نشان می‌دهد پیش فرض همگنی شیب خطوط رگرسیون مؤلفه‌های ارزش‌های زندگی در گروه‌های آزمایش و کنترل محقق شده است، زیرا جهت شیب‌ها افزایشی و خطوط موازی هم هستند. بنابراین، با توجه به محقق شدن پیش فرض‌های تحلیل کوواریانس، از این آزمون جهت بررسی فرضیه پژوهش استفاده شد. قبل از تحلیل کوواریانس چندمتغیره برای تعیین اثر متغیر گروه در متغیرهای پژوهش از آزمون اثر لامبادای ویلکز استفاده شده است که نتایج آن در جدول ۵ ارائه شده است.

جدول ۵ تحلیل کوواریانس چندمتغیره ارزش‌های زندگی در بین دو گروه یادگیری هیجانی اجتماعی کودکان قوی و کنترل

آماره	ارزش	F	DF بین گروهی	DF درون گروهی	سطح معناداری
لامبادای ویلکز	۰/۰۴	۴۶/۰۴	۱۰	۱۹	۰/۰۰۱

همان طور که جدول ۵ نشان می‌دهد نسبت F به دست آمده در سطح $0.001 < P$ معنادار می‌باشد بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که بین دو گروه آزمایش و کنترل در متغیر ارزش‌های زندگی، تفاوت وجود دارد یعنی بین دو گروه کنترل و آزمایش حداقل در یکی از خرده مقیاس‌های ارزش‌های زندگی، تفاوت معناداری وجود دارد.



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

جدول ۶ جدول تحلیل کوواریانس چندمتغیره تک تک مؤلفه‌های ارزش‌های زندگی در گروه‌های یادگیری اجتماعی هیجانی

کودکان قوی و کنترل

منابع تغییر	متغیر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی داری	ضریب اتا
گروه	موفقیت	۴۹/۸۰	۱	۴۹/۸۰	۶۵/۲۷	۰/۰۰۱	۰/۷۰
	قدرت	۸۹/۱۵	۱	۸۹/۱۵	۷۱/۱۳	۰/۰۰۱	۰/۷۱
	لذت طلبی	۶۹/۷۱	۱	۶۹/۷۱	۴۸/۵۴	۰/۰۰۱	۰/۶۳
	انگیزش	۱۰۰/۷۵	۱	۱۰۰/۷۵	۹۷/۱۵	۰/۰۰۱	۰/۷۷
	خوداتکایی	۱۶۳/۱۲	۱	۱۶۳/۱۲	۱۴۷/۱۷	۰/۰۰۱	۰/۸۴
	جهان گرایی	۱۴۸/۴۸	۱	۱۴۸/۴۸	۵۳/۹۱	۰/۰۰۱	۰/۶۵
	خیرخواهی	۴۸/۱۹	۱	۴۸/۱۹	۸/۵۱	۰/۰۰۱	۰/۲۳
	سنت	۷۰/۳۶	۱	۷۰/۳۶	۴۳/۰۱	۰/۰۰۱	۰/۶۰
	همنوایی	۱۵۱/۱۰	۱	۱۵۱/۱۰	۴۸/۹۴	۰/۰۰۱	۰/۶۳
	امنیت	۶۶/۳۵	۱	۶۶/۳۵	۴۱/۷۶	۰/۰۰۱	۰/۵۹
خطا	موفقیت	۲۱/۳۶	۲۸	۰/۷۶			
	قدرت	۳۵/۰۹	۲۸	۱/۲۵			
	لذت طلبی	۴۰/۲۱	۲۸	۱/۴۳			
	انگیزش	۲۹/۰۳	۲۸	۱/۰۳			
	خوداتکایی	۳۱/۰۳	۲۸	۱/۱۰			
	جهان گرایی	۷۷/۱۰	۲۸	۲/۷۵			
	خیرخواهی	۱۵۸/۵۳	۲۸	۵/۶۶			
	سنت	۴۵/۸۰	۲۸	۱/۶۳			
	همنوایی	۸۶/۴۳	۲۸	۳/۰۸			
	امنیت	۴۴/۴۸	۲۸	۱/۵۸			
کل	موفقیت	۱۲۸۳۱	۴۰				
	قدرت	۲۷۷۶۰	۴۰				
	لذت طلبی	۹۶۱۹	۴۰				
	انگیزش	۱۵۳۹۲	۴۰				
	خوداتکایی	۱۰۲۴۲۸	۴۰				
	جهان گرایی	۴۲۳۷۲	۴۰				
	خیرخواهی	۸۰۹۲۶	۴۰				
	سنت	۳۳۱۹۵	۴۰				
	همنوایی	۷۸۶۰۴	۴۰				
	امنیت	۳۲۶۵۵	۴۰				



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

بر اساس مندرجات جدول ۶ ملاحظه می‌گردد که بعد از کنترل اثر پیش‌آزمون، بین دو گروه آموزش هیجانی اجتماعی کودکان قوی و کنترل در همه مؤلفه‌های ارزش‌های زندگی معنی‌دار می‌باشد. بنابراین، فرضیه پژوهش مبنی بر اینکه آموزش یادگیری هیجانی کودکان قوی، ارزش‌های زندگی کودکان پایه چهارم ابتدایی را افزایش می‌بخشد تأیید شده و می‌توان نتیجه گرفت در ارزش‌های زندگی کودکان تغییرات معنی‌داری در اثر آموزش یادگیری هیجانی اجتماعی کودکان قوی به وجود آمده است بر اساس ضرایب اتای به دست آمده می‌توان گفت میزان تأثیر بر موفقیت ۰/۷۰، قدرت ۰/۷۱، لذت طلبی ۰/۶۳، انگیزش ۰/۷۷، خوداتکایی ۰/۸۴، جهان‌گرایی ۰/۶۵، خیرخواهی ۰/۲۳، سنت ۰/۶۰، همنوایی ۰/۶۳ و امنیت ۰/۵۹ می‌باشد.

بحث

نتایج تحقیق حاضر نشان داد که آموزش یادگیری اجتماعی هیجانی کودکان قوی بر ارزش‌های زندگی کودکان پایه چهارم ابتدایی شهر ارومیه مؤثر بوده است. گرچه تاکنون پژوهشی دقیقاً با هدفی مشابه مطالعه حاضر انجام نشده است اما پیشینه پژوهش‌ها نشان‌دهنده اثرات مثبت آموزش یادگیری اجتماعی هیجانی کودکان قوی بر ارزش‌های زندگی کودکان است. نتایج برخی از مطالعات انجام شده در این زمینه این یافته را تأیید می‌کند. به عنوان مثال، بدری گرگری، ادیب، هاشمی و عرفانی آداب (۱۳۹۸) و احراری (۱۳۹۷)، و هانگ و همکاران (۲۰۲۰)، و تیلور، اوپل، دورالک و ویسبرگ (۲۰۱۷)، و دومتروویچ، دورلاک، استالی و ویسبرگ (۲۰۱۷) نتایج همسو با تحقیق حاضر دست پیدا کرده‌اند. در تبیین یافته حاضر می‌توان اشاره کرد به اینکه توجه متخصصین تعلیم و تربیت به ارزش‌های زندگی در دانش‌آموزان جلب شد، فعالیت‌های ارزش‌های زندگی برای تشویق دانش‌آموزان طراحی شده و آنها را وادی دارد که در مورد خودشان، دیگران، جهان و ارزش‌های مربوط به آنها بیندیشند. این ارزش‌ها به گونه‌ای طراحی شده که دانش‌آموزان می‌توانند از طریق آنها به کسب تجربه‌های جدید بپردازند و استعدادهای درونی خویش را کشف کنند از دانش‌آموزان خواسته می‌شود که نسبت به فعالیت‌هایی که انجام می‌گیرد واکنش نشان داده خیال‌پردازی کنند به بحث و گفتگو بپردازند و با دیگران ارتباط برقرار کنند خلاق باشند در مورد ارزش‌ها مطلب بنویسند بیان خلاقانه و هنرمندانه داشته باشند و با ارزش‌ها بازی کنند. در طول کار مهارت‌های شخصی اجتماعی و عاطفی فرد، هم چون حس همکاری و صلح طلبی وی افزایش می‌یابد. این تمرین‌ها شامل مهارت‌هایی برای افزایش اعتماد به نفس، ارتباط اجتماعی، مثبت تفکر منتقدانه و بیان هنرمندانه و مهیج می‌باشد (محمدی، ۱۳۹۴). ابعاد ارزش‌ها از دیدگاه شوارتز (۲۰۰۴) عبارتند از: خیرخواهی، سنت‌گرایی، همنوایی، امنیت، قدرت، برانگیختگی، لذت‌گرایی، موفقیت، خوداتکایی، جهان‌گرایی است. اگر چه ارزش‌ها از سوی والدین و جامعه به کودکان منتقل می‌شوند، ولی مربیان آموزشی می‌توانند نقش مهمی در آموزش ارزش‌های زندگی به آنها داشته باشند، برخی از مهم‌ترین ارزش‌های زندگی کودکان عبارتند از: صلح، بردباری و دیگر پذیری، فروتنی، مهربانی (مسیحی، هنرپروران، ۱۳۹۷)، همکاری، سادگی، آزادی (یوسفی و یوسفی، ۱۳۸۸)، راستی و صداقت (محمدی، ۱۳۹۴)، شادی (لیوبومیرسکی، شلدون و شید، ۲۰۰۵)، احترام (بربا، ترجمه فرود، ۱۳۸۸)، مسئولیت‌پذیری (ریچ، ترجمه قیطاسی، ۱۳۸۷). از طرفی با توجه به نتایج فرضیه حاضر که آموزش یادگیری اجتماعی کودکان قوی باعث افزایش ارزش‌های زندگی در دانش‌آموزان شده است می‌توان اشاره کرد به اینکه پژوهش‌های بسیاری نشان داده‌اند که مهارت‌های اجتماعی-هیجانی نقش مرکزی در زندگی اجتماعی، شخصی و تحصیلی افراد دارند. باران (۲۰۰۶) هوش هیجانی را دسته‌ای از مهارت‌ها، استعدادهای توانایی‌های غیر شناختی (در پنج بعد برون‌فردی، بین‌فردی، خلق عمومی، مقابله با فشار و سازگاری) دانست که توانایی موفقیت فرد را در مقابله با فشارها و اقتضات محیطی افزایش می‌دهد. مایر، کارسو و سالووی (۲۰۰۰) معتقد است چهار بعد هوش اجتماعی (شناسایی و بیان هیجانات، استفاده صحیح از هیجانات، فهم درک هیانات و مدیریت و تنظیم هیجانات) برای داشتن سلامت جسمی و روانی اهمیت زیادی دارند اما بیشترین تمرکز وی بر روی مدیریت و تنظیم هیجانات است. افرادی که استعداد بالایی برای بروز رفتارهایی چون پرخاشگری و عصبانیت دارند بیشتر به بیماری‌های



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

قلبی دچار می‌گردند و سلامت روانی آنها بیشتر مورد تهدید قرار می‌گیرد. گلمن (۱۹۹۵) در این رابطه بیان می‌کنند که حدود ۲۱ درصد از موفقیت افراد از طریق توانایی‌های شناختی آنان پیش بینی می‌گردد و مابقی به هوش اجتماعی-هیجانی و دیگر فرصت‌های آنها در زندگی بستگی دارد. یادگیری اجتماعی-هیجانی به افراد کمک می‌کند که احساس شایستگی و کارآمدی بیشتری در مسئولیت‌های روزانه و چالش‌های زندگی داشته باشند و موجب پیشرفت افراد در مهارت‌های مدیریت فشار روانی، حل مسئله و تصمیم‌گیری، حل تعارض‌ها، خودگردانی، رهبری، وظیفه‌شناسی و رشد رفتارهای پسندیده شود (زینز و الیاس، ۲۰۰۳). جلین (۲۰۰۸) تعریف کامل انجام یادگیری اجتماعی-هیجانی را شامل فرایندی می‌دانند که به موجب آن، افراد توانایی‌های اجتماعی-هیجانی اساسی خود را گسترش می‌دهند، توجه و تفکر خود را نسبت به دیگران توسعه می‌دهند، ارتباطات مثبتی را به وجود می‌آورند و یاد می‌گیرند. به عقیده گرینبرگ، ویسبرگ، اوبرین، زینز، فردریکس، رسنیک و الیاس (۲۰۰۳) بسیاری از معلمان، والدین و سیاست‌گذاران از مدرسی که آموزش و تعالیمی را در زمینه‌های اجتماعی-هیجانی ارائه می‌دهند تا از مشکلات رفتاری و هیجانی بین فراگیران جلوگیری کنند حمایت می‌کنند. از آنجا که بسیاری از کودکان آموزش‌های اجتماعی-هیجانی الزم را در خانه یا اجتماع دریافت نمی‌کنند مدارس می‌توانند به عنوان یک پشتیبان اضافه و نقطه آغازین کارآمدی که از طریق آن می‌تواند تصمیم بگیرند و یاد بگیرند که چگونه موقعیت‌های مشکل را به طور اثربخش اداره کنند. در این راستا می‌توان به پژوهش‌هایی همسو با فرضیه حاضر اشاره کرد که توسط بدری گرگری، ادیب، هاشمی و عرفانی آداب (۱۳۹۸) در پژوهشی با هدف اثربخشی آموزش برنامه یادگیری اجتماعی-هیجانی کودکان قوی بر احساس تعلق به مدرسه دانش آموزان مقطع ابتدایی مناطق برخوردار و محروم شهر همدان به بررسی پرداختند و نتایج نشان داد احساس تعلق به مدرسه و مؤلفه‌های حمایت معلم، مشارکت در اجتماع، رعایت عدالت و احترام در مدرسه، احساس مثبت نسبت به مدرسه، ارتباط فرد با مدرسه، و مشارکت علمی دانش آموزان گروه آزمایش بیشتر از احساس تعلق به مدرسه دانش آموزان گروه گواه است. همچنین تأثیر آموزش برنامه اجتماعی-هیجانی کودکان قوی بر احساس تعلق به مدرسه و مؤلفه‌های آن، در مناطق محروم و برخوردار، به یک میزان است در نتیجه بر اساس یافته‌های مطالعه حاضر می‌توان چنین بیان کرد در صورتی که شرایط لازم برای رشد هیجانی، اجتماعی، روانی، و تحصیلی دانش آموزان فراهم شود، باعث بهبود احساس تعلق به مدرسه در آنها خواهد شد همچنین دانش آموزان اگر مورد مراقبت و حمایت از طرف مدرسه قرار گیرند، پیشرفت تحصیلی بالاتر و رفتارهای پرخطر کمتری خواهند داشت. همچنین نتایج پژوهش احراری (۱۳۹۷) بیانگر تأثیر برنامه یادگیری اجتماعی-هیجانی بر مؤلفه‌های خود آگاهی و کنترل و عدم تأثیر بر مؤلفه‌های آگاهی اجتماعی، روابط اجتماعی، تصمیم‌گیری مسئولانه و همچنین تأثیر معنادار بر رضایت از مدرسه بود. از طرفی دیگر، اریاس گومز لوبو و ماگیولو (۲۰۱۰) در پژوهشی با هدف رهایی بخشی از آسیب‌های دوران کودکی پرورش عزت نفس یادگیری و تمرین ارزش‌های، انسانی پرورش مهارت‌های اجتماعی محافظت‌کننده، در پاراگوئه ۳۲۴۳ دانش آموز از سن ۴-۲۲ سال که تحت آموزش ارزش‌های زندگی و اجتماعی قرار گرفتند، بررسی شدند. علی‌رغم تفاوت‌های زیادی که از نظر مدارس و پیروی از طرح ارزش‌های زندگی بین این دانش آموزان وجود داشت پژوهشگران دریافتند که دانش آموزان ۸۶٪ بهبود مسئولیت‌پذیری، ۸۹٪ بهبود احترام و صداقت در ارتباط با همسالان ۹۲٪ بهبود روابط اجتماعی، ۹۴٪ افزایش انگیزه و علاقه به مدرسه ۹۵٪ احترام بیشتر در میان بزرگسالان و ۱۰۰٪ عزت نفس و همکاری بیشتر با یکدیگر نشان دادند. در نهایت اینکه می‌توان به نتایج پژوهش همسویی با فرضیه حاضر اشاره کرد که توسط لووات و تومی (۲۰۰۹) از دانشگاه نیوکسل استرالیا نشان داده است که آموزش مهارت‌های اجتماعی همراه با ارزش‌های زندگی محیط آموزش آرام‌تر نتایج تحصیل مثبت‌تر، رابطه بهتر استاد و دانشجو و جذب بیشتر والدین برای ارتباط با دانشگاه به همراه داشته است. آموزش ارزش‌ها در پژوهش فوق دارای اثراتی در حوزه‌های زیر بوده است: (الف) بهبود عملکرد تحصیلی دانشجویان آنها توجه و همکاری بیشتری در کلاس نشان دادند و ظرفیت بیشتری برای فعالیت مستقل، مسئولیت بیشتری برای یادگیری و تلاش زیادتر برای فعالیت‌های پرورشی از خود بروز دادند.



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

ب) بهبود در محیط آموزشی: ۱- کاهش تعارض و اختلاف بین دانشجویان و مدیریت موثرتر این تعارضها ۲- دانشجویان همدلی، صداقت و انسجام بیشتری نشان دادند. ۳- تعاملات آنها با همکاری و تحمل بیشتری همراه بود. ۴- دانشجویان بطور فعال گروههایی را تشکیل می‌دادند با این هدف که دیگر دانشجویان را وارد گروه کرده و دوستی‌های بیشتری شکل دهند. ۵- مسئولیت بیشتری در قبال تجهیزات دانشگاه و فعالیت‌های معمول احساس می‌کردند و با احترام نسبت به محیط و پرسنل دانشگاه رفتار می‌کردند.

ج) بهبود روابط معلم دانشجو (۱) روابط مبتنی بر اعتماد بیشتر شکل گرفت. ۲- فضای کلاس بر اساس دموکراسی بیشتر پایه گذاری شد - معلم قدرت بیشتری به دانشجویان برای انتخاب در فعالیت‌های آموزشی واگذار کردند. ۴- معلم‌ها به دنبال فرصت‌هایی برای شناخت و تقویت رفتار مناسب دانشجویان بودند - دانشجویان بیشتر احساس می‌کردند که رفتار معلم با آنها منصفانه است و نسبت به آنها با احترام بیشتری رفتار می‌کردند هم چنین ادب و تواضع بیشتری در ارتباط با معلمشان نشان می‌دادند. یافته‌های پژوهش نشان داد که با اجرای آموزش ارزش‌ها و مهارت‌های هیجانی و اجتماعی زبان مشترک میان دانش آموزان کارکنان و خانواده‌ها پایه گذاری شد که این بیانگر فهم اهداف و تمرکز مثبت به سمت رفتار مناسب بود. معلم‌ها درک کردند اجرای این آموزش ارزش‌ها باعث گسترش همدلی در دانش آموزان می‌شود و نهایتاً منجر به مسئولیت پذیری بیشتر، تمرکز، مشارکت و همکاری در کلاس‌ها می‌گردد. وقتی ارزش‌ها بطور شفاف در مدرسه تأیید می‌شوند دانش آموزان و کارکنان هر دو از رفتار و عملکرد محترمانه مطمئن می‌شوند. از این محدودیت‌ها می‌توان اشاره کرد به پایه تحصیلی و عدم دسترسی به پرسشنامه ایرانی، و پیگیری نکردن نتایج درازمدت مداخله به علت دسترسی نداشتن به همه افراد نمونه در درازمدت اشاره کرد.



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

منابع

۱. ا. بدری گرگری، رحیم؛ ادیب، یوسف؛ هاشمی، تورج؛ عرفانی آداب، الهام. (۱۳۹۸). اثربخشی آموزش برنامه یادگیری اجتماعی-هیجانی کودکان قوی بر احساس تعلق به مدرسه دانش آموزان مقطع ابتدایی مناطق برخوردار و محروم شهر همدان. فصلنامه سلامت روان کودک، ۶، ۴(۲): ۱۸۰-۱۹۳.
۲. بدری گرگری، رحیم؛ فتحی آذر، اسکندر، میرنسب، میرمحمود، احزازی، غفور. (۱۳۹۵). تأثیر برنامه تلفیقی یادگیری اجتماعی هیجانی بر شایستگی‌های روانی اجتماعی دانش آموزان. فصلنامه پژوهشنامه تربیتی، ۲۱: ۵۱، ۱۱-۷.
۳. زرگر، یدالله؛ مهربانی زاده هنرمند، مهناز؛ زرافشان، نسرين. (۱۳۹۷). اثربخشی مداخله شناختی و مداخله شناختی-هیجانی-اجتماعی بر انعطاف پذیری شناختی و خودتنظیمی کودکان دبستانی دارای مشکلات رفتاری برونی سازی. رساله دکتری. دانشگاه علوم تربیتی و روانشناسی چمران اهواز.
۴. محمدی، نیره؛ جعفری روشن، مرجان. (۱۳۹۷). اثربخشی آموزش ارزش‌های زندگی (مسئولیت پذیری و صلح بر سلامت روان و مهارت‌های اجتماعی دانش آموزان دبستانی. پایان نامه کارشناسی ارشد. ارومیه مرکز.
۵. Berry, B., Erin, o. (۲۰۱۰). Behavioral risk, Teacher-child relationships and social skill development across middle childhood: A child-by-environment analysis of chang. Journal of Applied developmental psychology, ۳۱۱- ۱۴.
۶. Capsada, Q. (۲۰۱۶). Are social and emotional learning programs effective tools to improve students skills? What words in education. Using evidence to improve Education series, Fundacio Jaume Bofi ۱۱ IIVALUA, N. ۵. ۴-ISBN ۹۷۸۸۴۹۴۵۸۷۰۷۸
۷. Hamilton M. & Redmond, G. (۲۰۱۰). Conceptualisation of social and emotional wellbeing for children and young people, and policy implication, Australian research aliens for children and youth and Australian institute of health and welfare Canberra, from: <http://www.aracy.org.au/publication-/resources/area?command=record&id=۵۶>
۸. Hanstedt, P. (۲۰۱۸). Creating wicked students: designing courses for a complex world, published by stylus publishing, LLC.
۹. Page, R.M. & Page, T.S. (۲۰۱۱). Fostering emotional well-being in the classroom, Jones and Bartlett publishers, Inc.
۱۰. Pellitteri J, Stern R, Shelton C, Muller-Ackerman B. (۲۰۰۶). Emotionally intelligent school counseling, New Jersey lawrence Erlbaum.