# The Effectiveness of Life Skills Training on Social Adjustment of Male Students with Intellectual Disability

**Marziye Namvarnejad:** M.A. in psychology and education of exceptional children, department of psychology and education of exceptional children, school of education and psychology, Shiraz University, Shiraz, Iran. Sanaj256@gmail.com

**Ghorban Hemati Alamdarloo*:** Associate professor, department of psychology and education of exceptional children, school of education and psychology, Shiraz University, Shiraz, Iran. ghemati@shirazu.ac.ir

**Abstract**

**Introduction:** In general, the problem of social adjustment of children can negatively affect their acceptance by community members. This study aimed to investigate the effect of life skills training on the social adjustment of male students with intellectual disability.

**Methods:** The study procedure was quasi-experimental with a pretest-post-test design and a control group. The statistical population of this research included all male students with intellectual disability in Jahrom in the academic year of 2017-2018. The sample included thirty male students with intellectual disability who were selected through convenience sampling and randomly assigned to experimental and control groups, fifteen persons in each. As the pre-test, the social adjustment scale of both groups was assessed by The Social Adjustment Inventory for Children and Adolescents (SAICA) before the intervention. The experimental group then participated in fifteen sessions of life skills training, while the control group did not. After the intervention as the post-test, the social adjustment of both groups was assessed by SAICA. Data were analyzed using one-way covariance analysis (ANCOVA) and Multivariate Covariance Analysis (MANCOVA). Data were analyzed using SPSS22.

**Results:** The findings showed that the mean scores of the post-test of social adjustment in the experimental group, were significantly increased.($P<0.01$) The results also showed that the mean post-test scores of subscales of social adjustment (school function, spare time function, peer relationships, and home behaviors) in the experimental group were significantly increased.($P<0.01$)

**Conclusions:** The findings indicated the effectiveness of life skills training on social adjustment of male students with intellectual disability. Therefore, it is suggested that life skills training workshops for children with intellectual disability for parents, teachers, trainers, psychologists, and workers who work with children with intellectual disability, be designed and organized.

Keywords

Social Adjustment, Life Skills, Students, Intellectual Disability

*Corresponding Author

Study Type: Original
Received: 11 Jan 2020
Accepted: 18 Jun 2022

Please cite this article as follows: Namvarnejad M, and Hemati Alamdarloo G. The effectiveness of life skills training on social adjustment of male students with intellectual disability. Quarterly journal of social work. 2022; 11 (3); 46-55

[ Downloaded from mail.socialworkmag.ir on 2026-09-26 ]

[ DOR: 20.1001.1.1735451.1401.11.3.5.6 ]

# اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان پسر با کم‌توانی ذهنی

**مرضیه نامورنژاد:** کارشناسی ارشد روانشناسی و آموزش کودکان استثنایی، گروه روانشناسی و آموزش کودکان استثنایی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه شیراز، شیراز، ایران. sanaj256@gmail.com

**قربان همتی علمدارلو*:** دانشیار، گروه روانشناسی و آموزش کودکان استثنایی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه شیراز، شیراز، ایران. ghemati@shirazu.ac.ir

**واژگان کلیدی**

سازگاری اجتماعی، مهارت‌های زندگی، دانش‌آموزان، کم‌توانی‌ذهنی

* نویسنده مسوول

نوع مطالعه: پژوهشی
تاریخ دریافت: ۱۳۹۸/۱۰/۲۱
تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۰۳/۲۸

## چکیده

**مقدمه:** به‌طور کلی، مشکل در سازگاری اجتماعی کودکان کم‌توان ذهنی، بر پذیرش آن‌ها توسط افراد جامعه تاثیر منفی دارد. پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان پسر با کم‌توانی‌ذهنی انجام شد.

**روش:** این پژوهش نیمه‌آزمایشی و دارای طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه‌آماری این پژوهش دانش‌آموزان پسر با کم‌توانی ذهنی شهر جهرم در سال تحصیلی ۱۳۹۷-۱۳۹۶ بودند که از بین آن‌ها نمونه‌ای به حجم سی نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و به‌طور تصادفی به دو گروه آزمایش و کنترل تقسیم شدند، در هرگروه پانزده نفر. از هر دو گروه پیش‌آزمون به‌عمل آمد و گروه آزمایش آموزش مهارت‌های زندگی را در پانزده جلسه دریافت کردند، درحالی‌که برای گروه کنترل این آموزش انجام نشد. در پایان برای هر دو گروه پس‌آزمون اجرا شد. برای سنجش سازگاری اجتماعی از مقیاس سازگاری اجتماعی برای کودکان و نوجوانان جان و همکاران۱۹۸۷ استفاده شد. داده‌های با استفاده از آزمون تحلیل کوواریانس یک‌متغیره آنکووا و آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیره مانکووا تحلیل شدند. برای تحلیل داده‌ها از نرم افزارآماری SPSS22 استفاده شد.

**نتایج:** یافته‌های پژوهش نشان داد که میانگین نمرات پس‌آزمون سازگاری اجتماعی در گروه آزمایش به‌طور معنی‌داری($P<۰/۰۱$) افزایش‌یافته است. همچنین نتایج نشان داد که میانگین نمرات پس‌آزمون خرده‌مقیاس‌های سازگاری اجتماعی از جمله عملکرد مدرسه، عملکرد اوقات فراغت، روابط با همسالان و عملکرد خانه در گروه آزمایش به‌طور معنی‌داری($P<۰/۰۱$) افزایش‌یافته است.

**بحث و نتیجه‌گیری:** یافته‌ها بیانگر اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان پسر با کم‌توانی ذهنی بود. بنابراین، پیشنهاد می‌شود کارگاه‌های آموزش مهارت‌های زندگی به کودکان با کم‌توانی ذهنی برای والدین، معلمان، مربیان، روانشناسان و مددکارانی که با کودکان کم‌توان ذهنی سروکار دارند، طراحی و برگزار شود.

**نحوه استناد به مقاله:** مرضیه نامورنژاد و قربان همتی علمدارلو. اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان پسر با کم‌توانی ذهنی. فصلنامه مددکاری اجتماعی، ۱۴۰۱؛ ۱۱ (۳): ۵۵-۴۶

[ Downloaded from mail.socialworkmag.ir on 2026-09-26 ]

[ DOR: 20.1001.1.1735451.1401.11.3.5.6 ]

## مقدمه

سازگاری اجتماعی به معنی تلاش فرد برای هماهنگ شدن با هنجارها، ارزش‌ها و نیازهای جامعه به‌منظور پذیرش یا رد آن‌هاست[۱] که از طریق تعاملات بین افراد و محیط آن‌ها حاصل می‌شود.[۲] نقص در سازگاری اجتماعی نتایج زیان‌باری دارد که از جمله می‌توان به شکست‌های اجتماعی، طرد از سوی همسالان، اضطراب، افسردگی، مورد سواستفاده قرار گرفتن و ایجاد مانع برای ارتباطات اجتماعی اشاره کرد.[۳] کودکان کم‌توان ذهنی در سازگاری اجتماعی مشکل دارند.[٤] مشکل در سازگاری اجتماعی باعث نارضایتی از روابط موجود و احساس تنهایی می‌شود و احساس تنهایی نیز به نوبه خود مشارکت فعال افراد را در روابط اجتماعی کاهش می‌دهد.[۵] ضعف عمده در رفتار سازشی کودکان کم‌توان ذهنی بر زندگی روزمره آن‌ها تاثیر می‌گذارد و توانایی پاسخ‌دهی آن‌ها به یک موقعیت خاص یا محیط را تحت تاثیر قرار می‌دهد.[٦] مشکلات سازگاری اجتماعی این کودکان باعث انزوای آن‌ها می‌شود و آن‌ها را از جامعه و خانواده و فعالیت‌های تحصیلی دور می‌کند.[۷] به‌طور کلی، مشکل در سازگاری اجتماعی کودکان کم‌توان ذهنی، بر پذیرش آن‌ها توسط افراد جامعه تاثیر منفی دارد.[۸] مداخله نکردن برای پیشگیری، کاهش و حذف مشکلات سازگاری کودکان کم‌توانی‌ذهنی، مشکلات بسیاری را درپی داشته و به دور از اهداف بهداشتی و پیشگیرانه می‌باشد. در این میان طراحی و اجرای برنامه‌های مداخله‌ای برای کاهش مشکلات سازگاری کودکان کم‌توانی‌ذهنی به‌عنوان راهبردی برای پیشگیری، کاهش و حذف مشکلات سازگاری از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. یکی از مهمترین مداخله‌ها در این زمینه، آموزش مهارت‌های زندگی است. مهارت‌های زندگی به مجموعه گسترده‌ای از مهارت‌های بین فردی، اجتماعی و روانی اشاره دارد که به افراد کمک می‌کند، تصمیم آگاهانه بگیرند، به‌طور موثر با افراد دیگر ارتباط برقرار کند و با چالش‌ها و نیازهای روزمره خود مقابله کنند.[۹] مهارت‌های زندگی مهارت‌هایی هستند که در موقعیت‌های مختلف مانند مدرسه، خانه و جامعه مهم هستند و هدفشان استقلال فرد است.[۱۰] مهارت‌های زندگی افراد را قادر می‌سازد تا با خواسته‌ها و چالش‌های زندگی روزمره مواجه شوند و باعث می‌شود افراد به‌طور فعالانه و خلاقانه به‌دنبال راه‌حل برای غلبه بر مشکلات باشند.[۱۱] همچنین آموزش مهارت‌های زندگی باعث کاهش مشکلات رفتاری کودکان می‌شود.[۱۲] آموزش مهارت‌های زندگی نقش مهمی را به‌عنوان یک عامل مداخله‌ای در بروز نشانه‌های سازگاری دارد و نتایج مثبتی را به‌دنبال شرکت آزمودنی‌ها در برنامه درمانی به همراه دارد.[۱۳و۱٤] یافته‌های پژوهشی در ایران حاکی از این است که آموزش مهارت‌های زندگی بر سازگاری اجتماعی کودکان پیش‌دبستانی،[۱۵] بر سازگاری فرزندان،[۱٦] بر سازگاری اجتماعی زنان سرپرست خانوار،[۱۷] بر کاهش رفتارهای ضداجتماعی دانش‌آموزان با کم‌توان ذهنی،[۱۸] بر سازگاری اجتماعی، تحصیلی، عاطفی فرزندان شاهد،[۱۹] بر کفایت اجتماعی دانش‌آموزان مبتلا به اختلال ریاضی،[۲۰] بر میزان سازگاری دانشجویان نابینا و کم‌بینا،[۲۱] بر مهارت‌های اجتماعی دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی،[۲۲] مهارت‌های اجتماعی دانش‌آموزان با آسیب شنوایی،[۲۳] بر کاهش سومصرف مواد در دانش‌آموزان،[۲٤] کیفیت زندگی مادران کودکان با نشانگان داون،[۲۵] کاهش رفتارهای پرخطر دانش‌آموزان دبیرستانی،[۲٦] کاهش اضطراب و افسردگی افراد با ناتوانی جسمی،[۲۷] مهارت‌های اجتماعی دانش‌آموزان دبیرستانی[۲۸] و سازگاری اجتماعی و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دختر[۲۹] موثر بوده است. پیشینه پژوهشی در دنیا نشان می‌دهد که آموزش مهارت‌های زندگی بر مهارت مقابله با چالش‌ها در نوجوانان،[۳۰] مهارت‌های اجتماعی افراد با کم‌توانی ذهنی،[۳۱] سبک فرزندپروری والدین کودکان با ناتوانی،[۳۲] افزایش شایستگی اجتماعی جوانان،[۳۳] بر کاهش مشکلات رفتاری دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی،[۱۲] بر خودمختاری اجتماعی افراد با کم‌توانی ذهنی،[۳٤] بر کاهش مصرف سیگار و مواد روانگردان در دانش‌آموزان[۳۵] و بر عزت‌نفس، سازگاری و همدلی نوجوانان[۳٦] موثر بوده است.

همان‌طور که ملاحظه می‌شود، نقص در سازگاری اجتماعی، مشکلات بسیاری را در زندگی فردی و اجتماعی انسان‌ها ایجاد می‌کند. از طرف دیگر پژوهش‌های به‌عمل آمده نشان داده‌اند، کودکان با کم‌توانی‌ذهنی در زمینه سازگاری اجتماعی مشکل دارند. بنابراین ضروری است که فرصت‌ها و فعالیت‌هایی فراهم شود که کودکان کم‌توان‌ذهنی به‌صورت فعال در آن شرکت داشته باشند و سازگاری اجتماعی را بیاموزند. در همین راستا پژوهش‌های به‌عمل آمده در زمینه سازگاری اجتماعی، آموزش مهارت‌های زندگی را به‌عنوان روشی موثر برای بهبود و رشد سازگاری اجتماعی پیشنهاد کرده‌اند. از آن‌جایی که بر اساس بررسی‌های محققان، اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان کم‌توان‌ذهنی

[ Downloaded from mail.socialworkmag.ir on 2026-09-26 ]

DOR: 20.1001.1.1735451.1401.11.3.5.6 ]

در ایران مورد مطالعه قرار نگرفته است، و از طرف دیگر با توجه به بضاعت ناچیز فرهنگی و اقتصادی بیشتر خانواده‌های کودکان کم‌توان‌ذهنی و ناتوانایی آن‌ها در استفاده از روش‌های آموزشی و درمانی پر هزینه نظیر خدمات پزشکی، پیراپزشکی و روان‌شناختی، با این گونه پژوهش‌ها می‌توان کمک شایانی به این گروه عرضه کرد. در این راستا مطالعه تاثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر سازگاری اجتماعی کودکان با کم‌توانی‌ذهنی به‌عنوان روش آموزشی و درمانی ساده و بدون عوارض جانبی ضروری است تا هم گامی برای پر کردن فقدان پژوهشی در این زمینه باشد و هم روشی ارزان‌قیمت و در دسترس برای بهبود سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان با کم‌توانی‌ذهنی برای متخصصان، معلمان، والدین و مربیان معرفی نماید. از این‌رو، پژوهش حاضر با اهداف زیر انجام شد.

هدف نخست مطالعه اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان پسر با کم‌توانی‌ذهنی و هدف دوم مطالعه اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر خرده‌مقیاس‌های سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان پسر با کم‌توانی‌ذهنی است.

## روش

در این پژوهش نیمه‌آزمایشی از طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل استفاده شد. جامعه‌آماری این پژوهش شامل تمامی دانش‌آموزان پسر با کم‌توانی ذهنی دوره ابتدایی شهر جهرم بود که در مدارس ویژه کم‌توان ذهنی این شهر در سال تحصیلی ۱۳۹۷-۱۳۹۶ مشغول به تحصیل بودند. نمونه پژوهش شامل سی دانش‌آموز پسر با کم‌توانی ذهنی دوره ابتدایی در دامنه سنی نه تا چهارده سال بود که به شیوه در دسترس، انتخاب شدند. به این گونه که به یکی از مدارس دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی شهر جهرم مراجعه شد و تعداد سی نفر از دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی آن مدرسه انتخاب و به‌طور تصادفی به دو گروه پانزده نفره آزمایش و کنترل تقسیم شدند. گروه آزمایش تحت برنامه مداخله مهارت‌های زندگی قرار داده شد. شایان‌ذکر است که قبل از اجرای برنامه مداخله از گروه آزمایش و کنترل پیش‌آزمون سازگاری اجتماعی به‌عمل آمد و پس از اجرای برنامه مداخله برای گروه آزمایش و کنترل مجددا پس‌آزمون سازگاری اجتماعی اجرا شد.

### ملاک‌های ورود و خروج

**ورود:** قرار داشتن در دوره ابتدایی، دارا بودن کم‌توانی‌ذهنی خفیف، نداشتن معلولیت دیگر و رضایت خانواده برای همکاری در برنامه مداخله.

**خروج:** بیماری‌های همراه مانند اختلال‌های شدید حسی-حرکتی و مشکلات بینایی و شنوایی و مشکلات رفتاری شدید.

لازم به یادآوری است که برای رعایت اصول اخلاقی پژوهش، به والدین آزمودنی‌ها اطمینان داده شد که اطلاعات فرزندان آن‌ها محرمانه خواهد ماند. آزمودنی‌ها اجازه داشتند که هر زمانی خواستند پژوهش را ترک کنند. همچنین پس از این‌که از هر دو گروه پس‌آزمون به‌عمل آمد، برنامه توانمندسازی روان‌شناختی

| جدول(۱) خلاصه برنامه آموزش مهارت‌های زندگی |
|---|
| مشخصات کلی برنامه(تعداد جلسات=n)/// جلسه ۱(موضوع-زمان/// مباحث)///... جلسهn(موضوع-زمان/// مباحث) |
| آشنایی(۱)/// جلسه اول(آشنایی با عناصر برنامه-۴۵ دقیقه/// سلام و احوال‌پرسی،خوش‌آمد گویی،حضوروغیاب،آشنایی با عناصر برنامه شامل مربی، شرکت‌کنندگان و چارچوب برنامه،اجرای پیش‌آزمون) |
| خودآگاهی(۳)/// جلسه دوم(شناخت خود-۶۰ دقیقه/// آشنایی افراد با خود و ویژگی‌های خود،آشنا شدن با ویژگی‌های اعضای گروه،ایجاد فضای مثبت،بحث در مورد ویژگی مثبت خود و هم‌گروهی خود)/// جلسه سوم(شناخت خود-۶۰ دقیقه/// بررسی تکلیف جلسه قبل،آشنایی با نقاط قوت و ضعف خود،کشف نقاط قوت خود،تمرین عملی استفاده از نقاط قوت خود)/// جلسه چهارم(شناخت علایق-۶۰ دقیقه/// بررسی تکلیف جلسه قبل،آشنایی با علایق و استعدادهای خود،کشف علایق و استعدادهای خود،تمرین عملی استفاده از علایق و استعدادهای خود) |
| مهارت ارتباطی(۳)/// جلسه پنجم(ارتباط-۶۰ دقیقه/// بررسی تکلیف جلسه قبل،آشنایی با مفهوم ارتباط،آشنایی با روش‌های ارتباط صحیح،شناخت شیوه‌های منفی و مثبت برقراری ارتباط،شناخت موانع ارتباط،تمرین عملی ارتباط صحیح)/// جلسه ششم(زبان بدن-۶۰ دقیقه/// مرور تکلیف جلسه قبل،آشنایی با زبان بدن،آشنایی با مهارت‌های استفاده از زبان بدن،تمرین عملی استفاده از زبان بدن)/// جلسه هفتم(جرات‌ورزی-۶۰ دقیقه/// مرور تکالیف جلسه قبل،آشنایی با جرات‌ورزی،یادگیری مهارت جرات‌ورزی، یادگیری مهارت‌های رد تقاضاهای غیرمنطقی دیگران،تمرین عملی جرات‌ورزی) |
| مهارت مدیریت هیجانات(۳)/// جلسه هشتم(شناخت هیجان‌های گوناگون-۶۰ دقیقه/// مرور تکالیف جلسه قبل،آشنایی با هیجان‌های گوناگون،شناخت هیجان‌های گوناگون،تمرین عملی نشان دادن هیجان‌های گوناگون)/// جلسه نهم(حفظ آرامش در هنگام عصبانیت و خشم-۶۰ دقیقه/// مرور تکالیف جلسه قبل،کنترل هیجانات خود،کنترل و مدیریت خشم،تمرین عملی کنترل هیجانات و خشم)/// جلسه دهم(شیوه‌های برخورد صحیح با شخص خشمگین-۶۰ دقیقه/// مرور تکالیف جلسه قبل،آشنایی با روش‌های صحیح برخورد با عصابت و خشم دیگران،تمرین عملی برخورد صحیح با فرد عصبی و خشمگین) |
| مهارت حل مساله(۲)/// جلسه یازدهم(حل مساله-۶۰ دقیقه/// مرور تکالیف جلسه قبل،آشنایی با مساله،شناخت مراحل حل مساله،تمرین عملی شناسایی مساله)/// جلسه دوازدهم(اولویت‌بندی راه‌حل‌ها-۶۰ دقیقه/// مرور تکالیف جلسه قبل،آموزش فهرست کردن راه‌حل‌های ممکن،ارزیابی پیامدهای مثبت و منفی راه‌حل‌ها،بازبینی و اجرای بهترین راه‌حل‌ها،تمرین عملی حل مساله) |
| مهارت تصمیم‌گیری(۲)/// جلسه سیزدهم(تصمیم‌گیری-۶۰ دقیقه/// مرور تکالیف جلسه قبل،آشنایی با مفهوم و اهمیت تصمیم‌گیری،آشنایی با مراحل و روش‌های تصمیم‌گیری درست)/// جلسه چهاردهم(تمرین تصمیم‌گیری خوب-۶۰ دقیقه/// مرور تکالیف جلسه قبل،شبیه‌سازی موقعیت‌های تصمیم‌گیری،تمرین عملی تصمیم‌گیری صحیح) |
| جمع‌بندی(۱)/// جلسه پانزدهم(جمع‌بندی مطالب-۴۵ دقیقه/// مرور همه همه جلسات،جمع‌بندی،اجرای پس‌آزمون) |

[ Downloaded from mail.socialworkmag.ir on 2026-09-26 ]

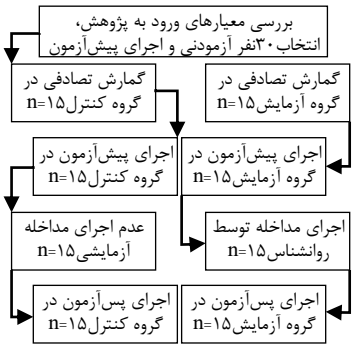
DOR: 20.1001.1.1735451.1401.11.3.5.6 ]

برای گروه کنترل نیز اجرا شد.

**برنامه مداخله:** برنامه آموزش مهارت‌های زندگی در این پژوهش مبتنی بر کتاب راهنمای آموزش مهارت‌های زندگی ویژه مدرسین[۳۷] و کتاب راهنمای تدریس معلم مهارت آموزی پایه ششم[۳۸] توسط پژوهشگران طراحی شد. مهارت‌های زندگی که در این پژوهش آموزش داده شدند شامل مهارت خودآگاهی، مهارت ارتباطی، مهارت مدیریت، هیجان‌ها، مهارت حل مساله و مهارت تصمیم‌گیری بود. شایان ذکر است که برنامه آموزش مهارت‌های زندگی در پانزده جلسه در هر هفته دو جلسه و هر جلسه چهل و پنج تا شصت دقیقه ارایه شد. مهارت‌های بیان شده با استفاده از بازی‌های آموزشی، ایفای نقش، پرسش و پاسخ و بارش فکری آموزش داده شد. خلاصه برنامه آموزش مهارت‌های زندگی در جدول شماره یک آمده است.

**سیاهه سازگاری اجتماعی برای کودکان و نوجوانان:** این ابزار، سیاهه‌ای نیمه‌ساختاریافته است که توسط جان و همکاران در سال ۱۹۸۷ تهیه شده است. این سیاهه با هدف سنجش سازگاری اجتماعی در چهار حیطه -عملکرد مدرسه، -فعالیت‌های اوقات فراغت، -روابط با همسالان و -عملکرد خانه برای گروه سنی شش تا هجده سال تهیه شده است و توسط معلم یا مربی برای دانش‌آموز تکمیل می‌شود. این سیاهه دارای هفتاد و هفت گویه است که سی و پنج گویه شایستگی‌ها و چهل و دو گویه مشکلات را ارزیابی می‌کند. نمره‌گذاری این سیاهه در طیف لیکرت از خیلی، تا حدودی، کم و اصلا می‌باشد که به‌ترتیب نمره یک تا چهار می‌گیرد. در رابطه با روایی سیاهه مذکور[۳۹] به این نتیجه رسیده‌اند که بین نمرات خرده‌مقیاس‌ها همبستگی بالا وجود دارد. همچنین بین نمره کل و خرده‌مقیاس‌ها نیز همبستگی بالا وجود دارد. افزون بر این، نمرات خرده‌مقیاس‌های سازگاری اجتماعی کودکان و نوجوانان با سیاهه رفتاری کودک و با نمره ارزیابی عملکرد کلی همبستگی قوی دارد.[۳۹] همچنین آخنباخ همبستگی بالا بین نمرات مقیاس هوشی وکسلر و خرده‌مقیاس و سیاهه رفتاری کودک با این ابزار گزارش کرده است.[۴۰] پایایی این مقیاس به‌روش همسانی درونی برای خرده‌مقیاس‌های عملکرد مدرسه شصا و پنج صدم، عملکرد اوقات فراغت هفتاد و پنج صدم، روابط با همسالان هفتاد و سه صدم، تعامل با جنس مخالف پنجاه و دو صدم و عملکرد خانه چهل و سه صدم به‌دست‌آمده است.[۳۹] قابل‌ذکر است که با توجه به فقدان تناسب فرهنگی، هشت گویه ارتباط با جنس مخالف از هفتاد و هفت گویه حذف شده است. این ابزار برای استفاده در فرهنگ ایران، نخست با استفاده از روش ترجمه مجدد روایی صوری و صحت ترجمه توسط دو استاد رشته زبان انگلیسی و سه استاد روانشناسی تایید و سپس به‌صورت مقدماتی بر روی شصت و هفت دانش‌آموز با کم‌توانی ذهنی دوره ابتدایی در باه سنی هشت تا پانزده سال اجرا شد و در مطالعه مقدماتی آلفای کرونباخ برای نمره کل نود و یک صدم، خرده‌مقیاس عملکرد مدرسه هشتاد و دو صدم، عملکرد خانه هفتاد و هفت صدم، عملکرد اوقات فراغت هشتاد و چهار صدم و روابط با همسالان هفتاد و نه صدم به‌دست آمد. در پژوهش حاضر پایایی مقیاس بیان‌شده با استفاده از آلفای کرونباخ برای نمره کل هفتاد و هشت صدم، خرده‌مقیاس عملکرد مدرسه شصت و دو صدم، عملکرد خانه پنجاه و هفت صدم، عملکرد اوقات فراغت هفتاد و پنج صدم و روابط با همسالان شصت و هشت صدم به‌دست آمد. همچنین برای محاسبه روایی سازه‌ای از همبستگی بین نمره کل مقیاس و نمره خرده‌مقیاس‌ها استفاده شد که برای عملکرد مدرسه، عملکرد خانه، عملکرد اوقات فراغت و روابط با همسالان به‌ترتیب ضرایب هشتاد و شش صدم، پنجاه و سه صدم، هشتاد و دو صدم، شصت و هفت صدم و هفتاد صدم به‌دست آمد.

**شیوه اجرا:** برای اجرای این پژوهش نخست از بین دانش‌آموزان پسر با کم‌توانی ذهنی دوره ابتدایی شهر جهرم، تعداد سی نفر به‌صورت در دسترس انتخاب گردیدند و به‌طور تصادفی به دو گروه پانزده نفری تقسیم شدند. سپس از هر دو گروه پیش‌آزمون سیاهه سازگاری اجتماعی برای کودکان و نوجوانان به‌عمل آمد. پس از آن، گروه آزمایش به مدت پانزده جلسه چهل و پنج تا شصت دقیقه‌ای در هر هفته دو جلسه تحت آموزش برنامه آموزش مهارت‌های زندگی قرار




نمودار(۱) نمودار CONSORT پژوهش

[ Downloaded from mail.socialworkmag.ir on 2026-09-26 ]

DOR: 20.1001.1.1735451.1401.11.3.5.6 ]

گرفتند و پس از پایان جلسات آموزشی از هر دوگروه پس‌آزمون سیاهه سازگاری اجتماعی برای کودکان و نوجوانان به‌عمل آمد. لازم به توضیح است که گروه کنترل در طول زمانی که گروه آزمایش برنامه آموزش مهارت‌های زندگی را دریافت نمودند، هیچ‌گونه مداخله‌ای دریافت نکردند و برای رعایت اصول اخلاقی پژوهش، پس از این‌که از هر دو گروه پس‌آزمون به‌عمل آمد، برنامه آموزش مهارت‌های زندگی برای گروه کنترل اجرا شد.

## یافته ها

ویژگی جمعیت‌شناختی آزمودنی‌ها در جدول شماره دو گزارش شده است. شاخص توصیفی میانگین و انحراف استاندارد ، نمره کل سازگاری اجتماعی و خرده‌مقیاس‌های آن در گروه کنترل و آزمایش در پیش‌آزمون و پس‌آزمون، در جدول شماره سه گزارش شده است. همان‌طور که از جدول شماره سه مشاهده می‌شود بین میانگین دو گروه آزمایش و کنترل در نمره کل سازگاری اجتماعی و خرده‌مقیاس‌های آن در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون تفاوت‌هایی وجود دارد. به‌منظور پاسخ‌گویی به این سوال که آیا مداخله مهارت‌های زندگی بر نمره کل سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان پسر با کم‌توانی ذهنی تاثیر معنادار دارد.از آزمون تحلیل کوواریانس یک‌متغیره استفاده شد که نتایج آن در جدول شماره چهار ارایه گردید. شایان‌ذکر است که پیش از انجام تحلیل کوواریانس پیش‌فرض‌های آن مورد بررسی قرار گرفت که نتایج آزمون همگنی شیب رگرسیون(F=۱۳/٤٤٢،P>۰/۰۵) و نتایج آزمون کولموگروف-اسمیرنوف برای بررسی مفروضه نرمال بودن توزیع،(F=۱٦/۹٦،P>۰/۰۵) به همراه بررسی مفروضه همگنی واریانس‌ها با استفاده از آزمون لوین(F=۰/۱۰۷،P>۰/۰۵) برای نمره کل سازگاری اجتماعی نشان داد که سطح معناداری در این آزمون‌ها بیشتر از پنج صدم شده است. بنابراین استفاده از تحلیل کوواریانس یک‌متغیره بلامانع است و می‌توان تحلیل کوواریانس یک‌متغیره را اجرا نمود. همچنان که نتایج جدول شماره چهار نشان می‌دهد با در نظر گرفتن نمرات پیش‌آزمون سازگاری اجتماعی به‌عنوان متغیر همپراش یا کمکی، تفاوت بین سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان دو گروه آزمایش و کنترل در پس‌آزمون سازگاری اجتماعی(F=٦۱/۲۷۷،P<۰/۰۱) معنی‌دار است. به بیان دیگر می‌توان گفت تفاوت بین نمرات دو گروه از دانش‌آموزان بیان‌کننده این مطلب است که برنامه مهارت‌های زندگی بر سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان پسر با کم‌توانی ذهنی تاثیر داشته است و میزان تاثیر شصت و نه صدم بوده است.

همچنین به‌منظور پاسخ‌گویی به این سوال که آیا مداخله مهارت‌های زندگی بر خرده‌مقیاس‌های سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان پسر باکم‌توانی ذهنی تاثیر معنادار دارد. از آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیره استفاده شد. شایان ذکر است که پیش از انجام تحلیل کوواریانس چندمتغیره پیش‌فرض‌های آن مورد بررسی قرار گرفت که نتایج آزمون باکس به‌منظور بررسی همسانی ماتریس‌های واریانس-کوواریانس(F=۰/٦۹۰،P>۰/۰۵) و نتایج آزمون لوین برای بررسی مفروضه همگنی واریانس‌ها در خرده‌مقیاس‌های سازگاری اجتماعی شامل عملکرد مدرسه،(F=۱/۹۸۷،P>۰/۰۵)

جدول(۳) میانگین و انحراف استاندارد دو گروه آزمایش و کنترل در متغیرهای وابسته در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون

| متغیر | گروه | پیش‌آزمون | | پس‌آزمون | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | میانگین | انحراف استاندارد | میانگین | انحراف استاندارد |
| عملکرد مدرسه | آزمایش | ۴۸/۲۰ | ۱۰/۱۳ | ۵۸/۴۶ | ۸/۱۷ |
| | کنترل | ۵۰/۹۳ | ۹/۴۰ | ۵۱/۲۰ | ۹/۲۸ |
| عملکرد اوقات فراغت | آزمایش | ۴۰/۹۳ | ۵/۵۳ | ۴۶/۴۰ | ۴/۰۸ |
| | کنترل | ۴۱/۱۳ | ۶/۵۳ | ۴۱/۷۳ | ۶/۲۷ |
| روابط با همسالان | آزمایش | ۴۲/۱۳ | ۴/۵۰ | ۴۷/۰۰ | ۴/۳۹ |
| | کنترل | ۴۱/۹۳ | ۵/۲۸ | ۴۱/۹۳ | ۵/۴۱ |
| عملکرد خانه | آزمایش | ۵۳/۸۶ | ۱۱/۲۲ | ۶۱/۴۰ | ۹/۲۰ |
| | کنترل | ۵۲/۲۶ | ۱۱/۳۶ | ۵۲/۲۰ | ۱۱/۶۹ |
| نمره کل | آزمایش | ۱۸۵/۱۳ | ۲۷/۳۷ | ۲۱۳/۲۶ | ۲۲/۲۳ |
| | کنترل | ۱۸۶/۲۶ | ۲۸/۶۴ | ۱۸۷/۰۶ | ۲۸/۰۸ |

جدول(۲) ویژگی‌های جمعیت‌شناختی آزمودنی‌ها دو گروه آزمایش و کنترل

| ویژگی‌ها | گروه آزمایش | گروه کنترل |
|---|---|---|
| میانگین سن(انحراف استاندارد) | ۱۲/۰۴(۱/۸۳) | ۱۲/۱۶(۲/۰۸) |
| پایه تحصیلی./: سوم،چهارم،پنجم | ۳۳/۳۴،۴۰،۲۶/۶۶ | ۴۰،۲۶/۶۷،۳۳/۳۳ |
| ترتیب تولد./: اول،دوم،سوم | ۶/۷،۲۶/۶،۶۶/۷ | ۱۳/۳،۲۰،۶۶/۷ |

جدول(٤) نتایج آزمون تحلیل کوواریانس یک‌متغیره برای مقایسه سازگاری اجتماعی گروه کنترل و آزمایش

| منبع تغییرات | مجموع مجذورات | درجه آزادی | میانگین مجذورات | نسبت F | p-value | ضریب اتا |
|---|---|---|---|---|---|---|
| پیش‌آزمون | ۱۵۵۲۸/۵۱۵ | ۱ | ۱۵۵۲۸/۵۱۵ | ۱۷۲/۱۶۰ | /۰۰۱ | ۰/۸۶۴ |
| گروه | ۵۵۲۷/۰۶۵ | ۱ | ۵۵۲۷/۰۶۵ | ۶۱/۲۷۷ | ۰/۰۰۱ | ۰/۶۹۴ |
| خطا | ۲۴۳۵/۳۵۱ | ۲۷ | ۹۰/۱۹۸ | | | |
| کل | ۸۱۰۴۹۷/۰۰۰ | ۳۰ | | | | |

جدول(۶) نتایج آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیره برای مقایسه خرده‌مقیاس‌های سازگاری اجتماعی در دو گروه آزمایش و کنترل

| منبع | گروه | مجموع مجذورات | درجه آزادی | میانگین مجذورات | نسبت F | p-value | ضریب اتا |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| خرده مقیاس‌های سازگاری اجتماعی | عملکرد مدرسه | ۵۳۶/۹۲۰ | ۱ | ۵۳۶/۹۲۰ | ۳۷/۲۴۴ | ۰/۰۰۱ | ۰/۶۰۸ |
| | عملکرد اوقات فراغت | ۱۶۲/۹۲۲ | ۱ | ۱۶۲/۹۲۲ | ۲۴/۱۲۴ | ۰/۰۰۱ | ۰/۵۰۱ |
| | روابط با همسالان | ۱۶۰/۷۰۶ | ۱ | ۱۶۰/۷۰۶ | ۳۴/۶۶۶ | ۰/۰۰۱ | ۰/۵۹۱ |
| | عملکرد خانه | ۴۱۵/۹۰۲ | ۱ | ۴۱۵/۹۰۲ | ۳۷/۳۵۴ | ۰/۰۰۱ | ۰/۶۰۹ |

جدول(۵) نتایج آزمون معناداری تحلیل کوواریانس چندمتغیره بر خرده‌مقیاس‌های سازگاری اجتماعی در دو گروه آزمایش و کنترل

| | لامبداویلکز | مقدار | F | DF فرضیه | DF خطا | p-value | Eta |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| گروه | | ۰/۲۹۹ | ۱۲/۲۸۹ | ۴/۰۰ | ۲۱/۰۰ | ۰/۰۰۱ | ۰/۷۸۵ |

[ Downloaded from mail.socialworkmag.ir on 2026-09-26 ]

DOR: 20.1001.1.1735451.1401.11.3.5.6 ]

عملکرد اوقات فراغت،(F=۲/۴۹۷،P>۰/۰۵) روابط با همسالان(F=۱/۹۸۹،P>۰/۰۵) و عملکرد خانه(F=۰/۸۴۴،P>۰/۰۵) نشان داد که سطح معناداری در این خرده‌مقیاس‌ها بیشتر از پنج صدم شده است. بنابراین استفاده از تحلیل کوواریانس چندمتغیره بلامانع است و می‌توان تحلیل کوواریانس چندمتغیره را اجرا نمود. بر اساس داده‌های مشاهده‌شده در جدول شماره پنج اثر گروه بر ترکیب خطی متغیرهای وابسته معنی‌دار است. به همین دلیل برای بررسی این که این تاثیرها بر کدام‌یک از متغیرهای وابسته معنی‌دار است از تحلیل کوواریانس چندمتغیره استفاده شد که نتایج آن در جدول شش آورده شده است. همان‌گونه که در جدول شماره شش ملاحظه می‌شود تحلیل کوواریانس چندمتغیره نشان می‌دهد که اثرات به‌دست‌آمده برای گروه در خرده‌مقیاس‌های عملکرد مدرسه،(F=۳۷/۲۴۴،P<۰/۰۱) عملکرد اوقات فراغت،(F=۱۶۲/۹۲۲،P<۰/۰۱) روابط با همسالان(F=۳۴/۶۶۶،P<۰/۰۱) و عملکرد خانه(F=۳۷/۳۵۴،P<۰/۰۱) معنادار است. بنابراین نتیجه می‌گیریم که مداخله مهارت‌های زندگی بر خرده‌مقیاس‌های سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان پسر با کم‌توانی ذهنی تاثیر معناداری داشته است.

## بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان پسر با کم‌توانی ذهنی بود. یافته‌های پژوهش نشان داد که آموزش مهارت‌های زندگی باعث بهبود سازگاری اجتماعی در دانش‌آموزان پسر با کم‌توانی ذهنی شده است. در تبیین این نتایج می‌توان بیان کرد که آموزش مهارت‌های زندگی موجب افزایش آگاهی فرد نسبت به توانمندی‌های خود می‌شود[۱۱و۲۳] به‌گونه‌ای که فرد می‌تواند به خود به‌طور موثر نگریسته و او را قادر می‌سازد تا از توانمندی‌های خود در رفع مشکلات و بهبود ابعاد زندگی استفاده نماید.[۱۲،۱۳،۱۴و۲۴] مهارت‌های زندگی تامین‌کننده سلامت روانی، اجتماعی و جسمی افراد است و نداشتن مهارت‌های زندگی موجب بروز آسیب‌های روان‌شناختی و بروز رفتارهای نامناسب در افراد می‌شود.[۲۳] آموزش مهارت‌های زندگی به افراد کمک می‌کند تا خود را بهتر بشناسند، دیگران را بیشتر درک کنند، روابط بیشتری با دیگران برقرار کنند، احساسات منفی خود را بهتر بشناسند و بتوانند آن را کنترل کنند.[۹و۱۳] همچنین آموزش مهارت‌های زندگی باعث بهبود مهارت‌هایی همچون تصمیم‌گیری درست و حل مساله، تفکر خلاق و انتقادی، مهارت‌های ارتباطی-اجتماعی،[۱۱و۲۴] مهارت‌های مقابله با شرایط دشوار[۲۵و۲۶] و خودکارآمدی می‌شود و به‌این‌ترتیب به افزایش سازگاری اجتماعی کمک می‌کند.[۹و۲۷]

افزون بر این، در مورد خرده‌مقیاس‌های سازگاری اجتماعی، یافته‌های پژوهش نشان داد که مداخله مهارت‌های زندگی موجب بهبود خرده‌مقیاس عملکرد در مدرسه در دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی شده است. در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت مهارت‌های زندگی سبب می‌شود که دانش‌آموزان شایستگی‌های خود را افزایش دهند و در جامعه و گروه همسالان، موقعیت شایسته‌ای به‌دست آورده و تعاملی مثبت در روابط خود با همسالان، جامعه و معلمان داشته باشند و دامنه‌ای از رفتارهای مقبول را از خود نشان دهند.[۹] دانش‌آموزانی که از مهارت‌های زندگی بالا برخوردار باشند، روابط قوی و مستحکمی با دانش‌آموزان دیگر و مجموع کلاس برقرار کرده و به‌احتمال‌زیاد سطح بالایی از سازگاری اجتماعی را از خود بروز خواهند داد.[۱۰و۲۸] همچنین آموزش مهارت‌های زندگی با اثرگذاری مثبت بر متغیرهای روان‌شناختی ازجمله عزت نفس بر متغیرهای شناختی و تحصیلی نیز تاثیرگذار هستند.[۹،۱۰و۲۹] این امر موجب می‌شود دانش‌آموزان محدودیت‌ها و توانایی‌های خود را به شیوه صحیحتری ارزیابی، درک و پذیرش کنند و عملکرد تحصیلی بهتری از خود نشان دهند.[۹،۱۰و۲۸]

همچنین یافته‌های پژوهش نشان داد که مداخله مهارت‌های زندگی موجب بهبود خرده‌مقیاس روابط با همسالان در دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی شده است. در تبیین این یافته می‌توان بیان کرد که برنامه آموزش مهارت‌های زندگی به آموزش مهارت‌های ارتباطی، طرز رفتار در مقابل فشار همسالان و یادگیری مقاومت در برابر فشار منفی همسالان، خودآگاهی، احساس خوب در مورد خود، یادگیری داشتن ارتباط با دیگران، درک افراد دیگر، حل مساله، برخورد با استرس، مدیریت خشم و تصمیم‌گیری آگاهانه در همه جنبه‌های زندگی می‌پردازد، که این مهارت‌ها به دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی کمک می‌کند تا در برابر فشار همسالان خود مقاومت کنند تا همسالان آن‌ها را همان‌گونه که هستند، بپذیرند.[۹تا۱۴و۳۰] همچنین

[ Downloaded from mail.socialworkmag.ir on 2026-09-26 ]

DOR: 20.1001.1.1735451.1401.11.3.5.6 ]

ماهیت آموزش گروهی می‌تواند تاثیر مثبتی در افزایش سازگاری داشته باشد، زیرا جمع شدن افراد در گروه و این‌که تک‌تک افراد احساس کنند دیگران نیز مشکلاتی مشابه با آن‌ها دارند خود در کاهش فشار روانی و کاستن از روحیه منفی و در نتیجه افزایش قبول واقعیت و کنار آمدن با آن موثر است.[۱۱و۲۱] همچنین برنامه آموزش مهارت‌های زندگی بر یادگیری مهارت‌های اجتماعی، پیشبرد موقعیت فرد در گروه، اعتمادبه‌نفس و خودکارآمدی، تاثیر دارد و از این طریق سطح سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی را افزایش می‌دهد.[۲۳]

همچنین یافته‌های پژوهش نشان داد که مداخله مهارت‌های زندگی موجب بهبود خرده‌مقیاس عملکرد اوقات فراغت در دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی شده است. در تبیین این یافته باید گفت از آن‌جایی که آموزش مهارت‌های زندگی به یادگیری مهارت‌های اجتماعی که منجر به پذیرش در گروه می‌شود، کمک می‌کند و باعث پیشبرد موقعیت فرد در گروه، اعتمادبه‌نفس و خودکارآمدی می‌شود، بنابراین تاثیر مثبتی بر بهبود عملکرد اوقات فراغت دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی دارد.[۹تا۱۴و۲۳] برای مثال، اردوگاه‌های تابستانی به‌عنوان یک شکل از فعالیت‌های اوقات فراغت می‌تواند حمایت اجتماعی برای این افراد به‌وجود آورد و باعث رشد زبان، ارتباطات و مهارت‌های حرکتی این افراد شود.[۳۱] در تبیینی دیگر می‌توان بیان کرد که آموزش مهارت‌های زندگی باعث می‌شود فرد روابط اجتماعی مثبت و مفید را آغاز و حفظ نماید، دوستی و صمیمیت با همسالان را گسترش دهد، سازگاری رضایت بخشی را در مدرسه ایجاد نماید، خود را با شرایط وفق دهند و تقاضاهای محیط اجتماعی را بپذیرند[۲۸] که مجموع این مهارت‌ها باعث بهبود عملکرد اوقات فراغت دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی می‌شود.[۲۳]

افزون بر این، یافته‌های پژوهش نشان داد که مداخله مهارت‌های زندگی موجب بهبود عملکرد خانه دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی شده است. در تبیین این یافته باید گفت که آموزش مهارت‌های زندگی باعث استقلال می‌شود[۱۰] و با بالابردن مهارت‌های زندگی باعث بهبود عملکرد فرد در خانواده می‌شود.[۲۸] در همین راستا، پژوهشگران معتقدند که آموزش مهارت‌های زندگی به دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی کمک می‌کند تا به شیوه‌ای که مورد قبول خانواده و جامعه است با موقعیت‌های روزمره مواجه شوند و از این طریق عملکرد خانه آن‌ها بهبود می‌یابد.[۳۲]

**محدودیت‌ها:** در پایان باید یادآوری شود که آزمودنی‌های این پژوهش، دانش‌آموزان دبستانی بودند، بنابراین در تعمیم نتایج به سایر گروهای سنی باید احتیاط شود. همچنین به علت انجام نگرفتن مرحله پیگیری، امکان بررسی اثر طولانی‌مدت آموزش مهارت‌های زندگی بر متغیرهای پژوهش وجود نداشت.

**پیشنهادها:** به پژوهشگران آتی پیشنهاد می‌شود تاثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر سازگاری اجتماعی سایر کودکان با ناتوانی را مورد مطالعه قرار دهند. با توجه به این‌که اثر آموزش مهارت‌های زندگی بر سازگاری اجتماعی کودکان با کم‌توانی ذهنی مورد تایید قرارگرفت، پیشنهاد می‌شود کارگاه‌های آموزش مهارت‌های زندگی به کودکان با کم‌توانی ذهنی برای والدین، معلمان، مربیان، روانشناسان و مددکارانی که با کودکان کم‌توان ذهنی سروکار دارند، طراحی و برگزار شود تا گام‌های هدف‌دار و مثبت در راستای خدمت به افراد با کم‌توانی ذهنی برداشته شود.

**سپاسگزاری:** از همه دانش‌آموزان شهر جهرم و خانواده‌شان که ما را در اجرای این پژوهش یاری رساندند تشکر می‌کنیم. همچنین از مدیریت و کارشناسان اداره آموزش و پرورش استثنایی شهر جهرم که برای اجرای این پژوهش همکاری کردند، صمیمانه سپاسگزاری می‌شود.

## منابع

**References:**

1. Samson J. Relationship between social, and emotional adjustment with academic achievement of undergraduate students Ahmadu Bello University Zaria, Kaduna State-Nigeria. Unpublished doctoral dissertation) Ahmadu Bello University, Zaria, Kaduna State-Nigeria. 2016.
2. Jayachandran S, Pande R. Why are Indian children so short? The role of birth order and son preference. American Economic Review. 2017;107[9]: 2600-29. http://dx.doi.org/10.1257/aer.20151282
3. Bellini S, Peters JK, Benner L, Hopf A. A meta-analysis of school-based social skills interventions for

[ Downloaded from mail.socialworkmag.ir on 2026-09-26 ]

DOR: 20.1001.1.1735451.1401.11.3.5.6 ]

children with autism spectrum disorders. Remedial and Special Education. 2007;28[3]:153-62. http://dx.doi.org/10.1177/07419325070280030401
4. Barkley RA. Issues in the diagnosis of attention-deficit/hyperactivity disorder in children. Brain and development. 2003;25[2]:77-83. http://dx.doi.org/10.1016/S0387-7604(02)00152-3
5. Bharati R. Adjustment problems of educable mentally retarded. International Journal of Scientific and Research Publications. 2012;2[6]:1-5.
6. Hemati Alamdarloo Q, Hosseinkhanzadeh A, Moradi A, Farshchi M. Predicting adaptive behaviors of students with intellectual disability based on the parenting styles of their mothers. Psychology of Exceptional Individual. 2012;2[7]:97-114. [Persian]
7. Ganaie SA, Beigh A, Mir S, Shah S, Hussain A, Dar A, et al. Social maturity and problem behaviour in children with autism spectrum disorders and intellectual disabilities. Neuropsychiatry. 2015;5[1]:16-24.
8. Fiasse C, Nader-Grosbois N. Perceived social acceptance, theory of mind and social adjustment in children with intellectual disabilities. Research in Developmental Disabilities. 2012;33[6]:1871-80. http://dx.doi.org/10.1016/j.ridd.2012.05.017
9. Jahanbin I, Bazrafshan MR, Akbari K, Rahmati M, Ghadakpour S. The effect of life skills training on social communication of clients referring to drug abuse clinics. Jundishapur Journal of Chronic Disease Care. 2017; 6[4]: e13798. http://dx.doi.org/10.5812/jjcdc.13798
10. Detrich R, Higbee TS. Teaching functional life skills to children with developmental disabilities: Acquisition, generalization, and maintenance. Practical Handbook of School Psychology:Effective Practices for the 21st Century, New York: Guilford. 2010.
11. Jaya H, Haryoko S, Suhaeb S, editors. Life skills education for children with special needs in order to facilitate vocational skills. Journal of Physics: Conference Series; 2018: IOP Publishing. http://dx.doi.org/10.1088/1742-6596/1028/1/012078
12. Liu J, Liu S, Yan J, Lee E, Mayes L. The impact of life skills training on behavior problems in left-behind children in rural China: A pilot study. School Psychology International. 2016;37[1]:73-84. http://dx.doi.org/10.1177/0143034315618442
13. Rahmati B, Adibrad N, Tahmasian K. The effectiveness of life skill training on social adjustment in children. Procedia-Social and Behavioral Sciences. 2010;5:870-4. http://dx.doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.07.201
14. Shimizu S, Shimamoto K, Kawano T, Kukidome T, Tsuchiya H. Effect of Japanese training camps on life skills acquisition to nurture intelligent wrestlers. Psychology. 2017;8[4]:576-89. http://dx.doi.org/10.4236/psych.2017.84037
15. Sobhi-Gharamaleki N, Hajloo N, Mohammadi S. The effectiveness of life skill training on social adjustment in preschool children. Journal of School Psychology. 2016; 5[3]: 118-131.
16. Mofrad K, Isfahani Khaleghi A, Taybi A. The effectiveness of life skills training on children's adjustment. Third International Conference on New Horizons in Educational Sciences, Psychology and Social Injuries2015 [Persian].
17. Jafari Nejad L, Homayouni S, Jafari B, Poor Aghaei A. The effectiveness of group life skills training on increasing resilience and social adjustment of women heads of households under the auspices of Firoozabad welfare department. National Conference on Social and Psychological Injuries; 2018. [Persian]
18. Hosseini F, Pakdaman M. Determining the educational effectiveness of life skills using play therapy in reducing antisocial behaviors of students with intellectual disabilities. The First National Conference on Individual-Social Empowerment of People with Special Needs; 2013. [Persian]
19. Hatami M, Kavousian J. The effectiveness of life skills training on adjustment (social, educational, emotional) of martyrs children. Journal of School Psychology. 2013;2[2]:44-57.
20. Kazemi R, Momeni S, Kiamarsi A. The effectiveness of life skills training on the social competence of students with dyscalculia. Journal of Learning Disabilities. 2011;1[1]:94-108.
21. Faramarzi S, Habibollahi S, Pourseyyed S. R. The effectiveness of life skills cognitive behavioral group training on adjustment for university students with vision loss. Iranian Journal of Exceptional Children. 2011;11[3]:217-28. [Persian]
22. Behroz-Sarcheshmeh S, Karimi M, Mahmoudi F, Shaghaghi P, Jalil-Abkenar SS. The effectiveness of life skills training on decreasing of anxiety and depression in individuals with physical disability. Psychology of Exceptional Individual. 2017;5[3]:177-86
23. Ramesht M, Farshad C. Study of life skills training in prevention of drug abuse in students. The 3rd Seminar of Students Mental Health; 2006 May 24-25; Tehran, Iran. Iran University of Science and Technology; p.70-72 [Persian]
24. Adibsereshki N, Vernosfaderani AM, Movallali G. The effectiveness of life skills training on enhancing the social skills of children with hearing impairments in inclusive schools. Childhood Education. 2015;91[6]:469-76.

[ Downloaded from mail.socialworkmag.ir on 2026-09-26 ]

DOR: 20.1001.1.1735451.1401.11.3.5.6 ]

25. Abbasi S, Sajedi F, Hemmati S, Rezasoltani P. The effectiveness of life skills training on quality of life in mothers of children with down syndrome. Iranian Rehabilitation Journal. 2014;12[4]:29-34.
26. Abbasi P, Timareh M, Ziapour A, Dehghan F, Yazdani V. The effect of life skills training on reducing the high-risk behaviors among high school students in Kermanshah, North West of Iran. International Journal of Pediatrics. 2018; 6[10]:8433-43. [Persian].
27. Vahid Dehghni VAM, Farid Asgharnejad AA. The effectiveness of life skills training on decreasing of anxiety and depression in individuals with physical disability. Psychology of Exceptional Individual. 2014;3[14]:104-26[Persian].
28. Besharati F, Amirian Zade M. The impact of life skills training on social skills and performance of secondary school girl students. Quarterly Journal of Women and Society. 2018;9(35):17-42. [Persian].
29. Paghale Z, Paghale S, Jadidi Feighan M, Nazary M. The effect of life skills training on social adjustment and academic performance of adolescent female students. Knowledge & Research in Applied Psychology. 2014;15[4]:121-9.[Persian].
30. Kumar J, Chhabra A. Life skill education for adolescents: Coping with challenges. Scholarly Research Journal for Humanity Science & English Language. 2014;1[2]:181-90.
31. Emine E. Effectiveness of leisure time activities program on social skills and behavioral problems in individuals with intellectual disabilities. Educational Research and Reviews. 2013; 8[16]:1437-48.
32. Barlow JH, Powell LA, Gilchrist M, Fotiadou M. The effectiveness of the training and support program for parents of children with disabilities: A randomized controlled trial. Journal of Psychosomatic Research. 2008;64[1]:55-62.
33. Brandt B, Klein J. Adding focused life skills training to a civic engagement program to boost life skills competencies in youth. Journal of Youth Development. 2016; 11[2]: 1-10. http://dx.doi.org/10.5195/JYD.2016.448
34. Aeni NN, Khoeriah ND, Lestari ZW, editors. Life skills' training to build social autonomy for mild intellectual disability persons. 1st International Conference on Life, Innovation, Change and Knowledge (ICLICK 2018); 2019: Atlantis Press.
35. Botvin GJ, Griffin K, editors. Long-term outcomes from blueprints model programs: Life skills training. Presentado en: Blueprints for Violence Prevention conference; 2012. (pp. 11-14).
36. Yadav P, Iqbal N. Impact of life skill training on self-esteem, adjustment and empathy among adolescents. Journal of the Indian Academy of Applied Psychology. 2009; 35[10]:61-70.
37. Farideh Hamidi SR. About life training. Tehran: Janbazan Medical and Engineereing Research Center; 1999. 18 p. [Persian].
38. Zargahm Pour MH, Pourjala F, Halaj Dehghani Q. Teaching guide. Tehran: Extraordinary Education Organization; 2012[Persian].
39. John K, Gammon GD, Prusoff BA, Warner V. The social adjustment inventory for children and adolescents (SAICA): Testing of a new semistructured interview. Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry. 1987;26[6]:898-911.
40. Achenbach TM. The child behavior profile: I. Boys aged 6–11. Journal of Consulting and Clinical Psychology. 1978;46[3]:478.

[ Downloaded from mail.socialworkmag.ir on 2026-09-26 ]

DOR: 20.1001.1.1735451.1401.11.3.5.6 ]