

*Original Research*

## The Effectiveness of Teaching Empathy Components on Children's Adaptation and Social Skills

Soheila Hosseinpour<sup>1\*</sup>, Sara Malekmohammadi<sup>2</sup>, Farishte Afkari<sup>3</sup>

1. Assistant Professor, Department of Educational Sciences, Sanandaj Branch, Islamic Azad university, Sanandaj, Iran

2. Senior Expert in Preschool Education, Sama Center, Sanandaj, Iran.

3. Assistant Professor, Department of Educational Sciences, Tehram North Branch, Islamic Azad university, Tehran, Iran

### ARTICLE INFO

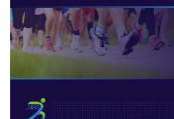
Received: 2022/12/19  
Reviewed: 2023/01/06  
Revised: 2023/01/20  
Accepted: 2023/01/28

### Keyword:

Education  
Empathy  
Adaptability  
Social Skills  
Preschool

### ABSTRACT

The present study was conducted with the aim of teaching the effectiveness of empathy components on social skills and adaptation of preschool children in Sanandaj city. The research is applied in terms of purpose and semi-experimental in nature with a pre-test-post-test design with a control group. The target population is preschool children of Sanandaj city, using available sampling method, 10 people were in the control group and 10 people were in the experimental group. Data collection tools from Elliott and Gresham (1990) Social Skills Questionnaire, University of California Social Adaptation Questionnaire (1987) and Empathy Skills Training Package (Vaziri, Lotfi Kashani 2019) which Empathy Skills Training Package has five processes of knowledge acquisition, application, evaluation, analysis And the combination. Descriptive statistics (frequency, percentage, mean, standard deviation) and inferential statistics (data normality test, regression homogeneity slope, Levine's test, covariance analysis test, ANCOVA test) were used for data analysis. The results of this research showed that teaching the components of empathy has an effect on children's social adaptation and its components (social templates, social skills, antisocial interests, school relations and social relations) and teaching the components of empathy has an effect on children's social skills and its components (social skills). and behavioral problems) has an effect.



## اثربخشی آموزش مؤلفه‌های همدلی بر سازگاری و مهارت‌های اجتماعی کودکان

سهیلا حسین پور<sup>۱\*</sup>، سارا ملک‌محمدی<sup>۲</sup>، فرشته افکاری<sup>۳</sup>

۱. استادیار گروه علوم تربیتی، واحد سنندج، دانشگاه آزاد اسلامی، سنندج، ایران

۲. کارشناس ارشد آموزش و پرورش پیش دبستانی، مرکز سما، سنندج، ایران

۳. استادیار گروه علوم تربیتی، واحد تهران شمال، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

### چکیده

پژوهش حاضر با هدف اثربخشی آموزش مؤلفه‌های همدلی بر سازگاری و مهارت‌های اجتماعی کودکان پیش دبستانی شهر سنندج انجام گرفت. پژوهش از نظر هدف کاربردی و از نظر ماهیت روش نیمه تجربی با طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه کنترل می‌باشد. جامعه هدف کودکان پیش‌دبستانی شهر سنندج است که با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس، ۱۰ نفر در گروه کنترل و ۱۰ نفر در گروه آزمایش قرار گرفتند. ابزار گردآوری داده‌ها از دو پرسشنامه مهارت‌های اجتماعی الیوت و گرشام (۱۹۹۰)، پرسشنامه سازگاری اجتماعی دانشگاه کالیفرنیا (۱۹۸۷) و بسته آموزشی مهارت‌های همدلی (وزیری، لطفی کاشانی ۱۳۹۰) که بسته آموزشی مهارت‌های همدلی دارای پنج فرایند دانش‌افزایی، کاربردی، ارزشیابی، تحلیل و ترکیب است. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از آمار توصیفی (فراوانی، درصد، میانگین، انحراف استاندارد) و آمار استنباطی (آزمون نرمال بودن داده‌ها، شیب همگونی رگرسیون، آزمون لوین، آزمون تحلیل کواریانس، آزمون آنکووا) استفاده شده است. نتایج این پژوهش نشان داد که آموزش مؤلفه‌های همدلی بر سازگاری اجتماعی کودکان و مؤلفه‌های آن (قالب‌های اجتماعی، مهارت‌های اجتماعی، علائق ضدا اجتماعی، روابط مدرسه‌ای و روابط اجتماعی) تاثیر دارد و آموزش مؤلفه‌های همدلی بر مهارت‌های اجتماعی کودکان و مؤلفه‌های آن (مهارت اجتماعی و مشکلات رفتاری) تاثیر دارد.

### اطلاعات مقاله

دریافت مقاله: ۱۴۰۱/۰۹/۲۸

تاریخ داوری: ۱۴۰۱/۱۰/۱۶

بازنگری مقاله: ۱۴۰۱/۱۰/۳۰

پذیرش مقاله: ۱۴۰۱/۱۱/۰۸

### کلید واژگان

آموزش  
همدلی  
سازگاری  
مهارت‌های اجتماعی  
پیش دبستانی

## مقدمه

کمتر مورد توجه پژوهشگران قرار گرفته است، آموزش همدلی است. همدلی نقش مهمی را در سازگاری و کسب مهارت‌های اجتماعی بازی می‌کند. همدلی، توانایی مهمی است که آسیب به دیگران جلوگیری می‌کند و نیروی برانگیزاننده رفتارهای اجتماعی است که انسجام گروهی را در پی دارد (مورلی، لیبرمن و زکی<sup>۴</sup>، ۲۰۱۵). همدلی برای اولین بار توسط لیپز<sup>۵</sup> (۱۹۱۴) مطرح شد. مفهوم همدلی به کشفی که وی در مورد خطاهای بینایی کرد بر می‌گردد، زمانی که فرد حس درون خود را به منظره‌ای از خطوط که می‌دید فرافکنی می‌کرد. پس از آن تیچنر<sup>۶</sup> (۱۹۰۹) معادل انگلیسی همدلی را مطرح کرد یعنی احساسات و منظر درونی‌تان را به فرد دیگری نسبت دهید و سعی کنید از این راه آن فرد را بشناسید (عیسی‌مراد، نفر و فاطمی، ۱۳۹۸).

همدلی<sup>۷</sup> به عنوان یک توانایی بی‌نظیر در زندگی انسان دارای پیشینه فلسفی و پژوهشی است. در پیشینه فلسفی همدلی دو مدل نظریه‌محور و مدل شبیه‌سازی مورد بحث قرار گرفته است. در مدل نظریه‌محور تمرکز بر توانایی و ظرفیت بازنمایی و انتزاع ساختار زندگی ذهنی دیگران مدنظر است در توضیح مدل شبیه‌سازی افراد دارای تجربیات مشابهی هستند داشتن تجربه مشترک با دیگران نکته بسیار مهمی در ادراک و فهم تجارب دیگر افراد است. به همین خاطر در حوزه مطالعات روانشناسی، همدلی مشمول طبیعت دوگانه عاطفی - شناختی است. در حالی که همدلی شناختی یک فرایند هوشمندانه و نوعی مهارت اجتماعی تصور می‌شود. همدلی عاطفی یک سطح مقدماتی از روابط و ارتباط بین فردی است (رستمی و خرمایی، ۱۳۹۹). و یکی از توانایی‌های هیجانی مهم است که نشانه‌ها و نمودهای آن از اوایل کودکی آغاز می‌شود. در سال‌های پیش از دبستان، همدلی محرک مهمی در پدیدآیی رفتارهای نوع دوستانه به حساب می‌آید (بنی‌اسدی، برجعلی، مفیدی و بنی‌اسدی، ۱۳۹۴). همدلی انگیزه افراد را برای توجه مستقیم به اطلاعات و مهارت‌های اجتماعی بالا می‌برد (منون، نگراج و بیتوی<sup>۸</sup>، ۲۰۱۷) بین همدلی، سازگاری، مسئولیت‌پذیری، مردم‌آمیزی و مهارت‌ها و رفتارهای اجتماعی و جامعه‌گرا ارتباط مثبت وجود دارد (دستی، بارتال، اوزوسکی و نافو نوئم<sup>۹</sup>، ۲۰۱۶). آموزش همدلی از طریق افزایش درک فرد با ارتقاء آگاهی فرد از خود و دیگران، افزایش رفتارهای همدلانه با استفاده از تنظیم هیجان که به افزایش دقت در همدلی

دوره پیش‌دبستان به عنوان یکی از مهم‌ترین دوران زندگی کودکان، می‌تواند رشد مهارت و سازگاری اجتماعی آنان را تحت تأثیر قرار داد و عدم توجه به این دوره مهم زندگی و پیشرفت کودک را با مخاطرات جدی روبرو می‌کند، بسیاری از روان‌شناسان بر این باور هستند که رشد ناکافی مهارت‌های اجتماعی و عدم سازگاری نقش بسزایی در عدم همدلی، ناکامی و شکست‌های آتی کودکان دارد. کودکانی که توانایی‌های ضروری برای کارکردهای بین فردی مؤثر را یاد نگرفته‌اند (مقدم‌فر، جهرمی، نصرالهی و باقری، ۱۳۹۹). بسیاری از روانشناسان بر این باور هستند که رشد ناکافی مهارت‌های اجتماعی و ضعف سازگاری اجتماعی نقش بسزایی در شکست‌های کودکان در آینده آنان دارد. کودکانی که توانایی‌های ضروری برای کارکردهای بین فردی مؤثر را یاد نگرفته‌اند، پرخاشگر، تندخو و منزوی هستند و مورد تنفر دیگران قرار گرفته و توان همکاری مؤثر با دیگران را ندارند (البرزی، انباری و خوشبخت، ۱۳۹۷).

رشد مهارت و سازگاری اجتماعی به عنوان بخش مهمی از رشد همه جانبه کودکان تأثیرات مثبت و منفی بر سلامت روان آنان برجای گذاشته و کودکان دارای رشد اجتماعی مناسب در پایداری رابطه، همیاری، اطاعت از قوانین، حساس بودن نسبت به دیگران و در صورت لزوم مهار احساسات منفی خود موفق‌تر عمل می‌کنند (پلگرسون<sup>۱</sup>، ۲۰۱۵). هنگامی که این کودکان بزرگتر می‌شوند، توانایی برقراری روابط سالم با دیگران و مشارکت در فعالیت‌های گروهی کسب کرده، روابط شادتری را تجربه می‌کنند و از احساس موفقیت بیشتری برخوردارند. همچنین می‌توانند به حقوق و احساسات دیگران احترام بگذارند، از خواست‌های غیرمعمول دوری کنند و در صورت نیاز از دیگران درخواست کمک کنند (پارک، روسمن، روس<sup>۲</sup>، ۲۰۱۹). رشد مهارت و سازگاری اجتماعی شامل تحول مثبت در روابط بین خود و دیگران بوده و همچون سایر جنبه‌های رشد کودک تحت تأثیر طبیعت، آموزش و پرورش قرار دارد. بنابراین پیشرفت در زمینه رشد مهارت و سازگاری اجتماعی کودکان باعث دستیابی به سطحی از مهارت در روابط اجتماعی می‌شود که آنان را قادر به زندگی سازگارانه با دیگران می‌کند (زلوگر، چریسمن و چیا<sup>۳</sup>، ۲۰۱۹).

از جمله آموزش‌هایی که می‌تواند بر سازگاری و مهارت‌های اجتماعی کودکان تأثیر داشته باشد و تاکنون

6 Titchener

7 Empathy

8 Neufeld, Levrini and Barry and Chakrabarti

9 Decety, Bartal, Nzefovsky and Knafo-Noam

1 Plagerson

2 Parke, Roisman, Rose

3 Zellweger, Chrisman, Chua, Steier

4 Morelli, Lieberman & Zaki

5 Lipps

راحتی با دنیای پیرامون خود ارتباط داشته باشند، و از صدمه زدن ه افراد جلوگیری کند. (خدابخش و منصور، ۱۳۹۰).  
 افزایش مهارت همدلی در کودکان باعث تقویت رفتارهای مطلوب و درک رفتارهای دیگران می‌باشد. پژوهشگرانی چون جولیف و فارینگتون<sup>۴</sup> (۲۰۱۶) می‌گویند رابطه‌ی مثبت و خوبی بین رفتارهای جامعه و همدلی وجود دارد. همدلی مهارتی مشخص برای به وجود آوردن رفتارهای موردپسند جامعه و ارزش‌های گروهی می‌باشد. با این وجود همدلی جز عنصرهای مهم و ضروری برای پاسخ دادن به واکنش‌های عاطفی و احساسی دیگران است. همدلی انواعی دارد که شامل: ۱- همدلی شناختی: همدلی شناختی به معنی درک عقلی و داشتن تصویری از حالت روانی فردا دیگر است. این مؤلفه شامل توانایی تمایز نشانه‌های عاطفی در دیگران و مهارت دیدگاه‌گیری (یعنی درک موقعیت دیگران است. همدلی شناختی نشانگر پریشانی فرد در پاسخ به ادراک گرفتاری دیگران است. ۲- همدلی عاطفی: همدلی عاطفی به معنی ارائه پاسخ عاطفی به پاسخ‌های عاطفی دیگر و ایجاد یک ارتباط عاطفی است. این نوع همدلی شامل برانگیختگی هیجانی در مورد فرد دیگر است. به عبارت دیگر، همدلی عاطفی عبارت است از تجربه‌ی جانشینی هیجان‌های دیگران (هافمن<sup>۵</sup>، ۲۰۰۰).

آموزش مهارت‌های اجتماعی در سال ۱۹۷۹ با اقدامات گیلبرت بولتوین<sup>۶</sup> آغاز شد. وی در این سال یک مجموعه آموزش مهارت‌های زندگی برای دانش‌آموزان کلاس هفتم تا نهم تدوین شد که با استقبال فراوان متخصصان بهداشت روان مواجه گردید. برنامه آموزش مهارت‌های اجتماعی توسط گیلبرت<sup>۷</sup>، جی بوتوین<sup>۸</sup> (۲۰۰۱) گسترش یافته است. مهارت‌های اجتماعی اغلب به عنوان مجموعه‌ی پیچیده‌ای از رفتارها در نظر گرفته می‌شوند. در این میان می‌توان به همدلی، ارتباط، حل مسأله و تصمیم‌گیری، جرأت‌آموزی، مصاحبت با دوستان و خودمدیریتی اشاره کرد. این رفتارهای هدفمند، مرتبط با هم و متناسب با وضعیت هستند و در تدویم زندگی جمعی انسان‌ها نقش اساسی دارند. مؤلفه‌های آموزش مهارت‌های اجتماعی عبارتند از خودآگاهی، خودمدیریتی، آگاهی اجتماعی، مهارت‌های ارتباطی و تصمیم‌گیری اجتماعی، خودآگاهی شامل نحوه نگرش، اعتماد به نفس داشتن، شاد زیستی، مهارت خودانگیزشی، پایداری، انعطاف‌پذیری عاطفی و توانایی پذیرش از خود، ریسک‌پذیری و توانایی دستیابی به استقلال می‌باشد (محمدی گرکانی، درتاج و کیامنش، ۱۳۹۸).

منجر می‌شود، بازخوردی مثبتی را برای فرد فراهم می‌آورد (سیورمن<sup>۱</sup>، ۲۰۱۷). جکسون، ایوگانه و ترمبالی<sup>۲</sup>، ۲۰۱۵ معتقد هستند که آموزش همدلی با ارتقاء نگرانی همدلانه و شفقت به عنوان یک مؤلفه، موجب افزایش و تقویت همدلی، می‌توان احتمال وقوع رفتارهای ناسازگارانه را کاهش داد (به نقل از کاظمی و ابوالقاسمی، ۱۳۹۸).

بعدها نظریه‌پردازان زیبایی - شناختی، همدلی را به مفهوم توانایی ادراک تجربه ذهنی فرد دیگر مطرح نمودند و از همین مفهوم برای تشخیص و درمان در روان‌شناسی و روان پزشکی به طور ویژه مدد گرفته شد، که امروزه نقش جدی را در برقراری ارتباط به عهده دارد. همدلی به عنوان توانایی درک و انتقال درک احساسات و افکار دیگران در نظر گرفته می‌شود. با همدلی فرد موقعیت دیگری را به گونه‌ای درک می‌کند، گویی که خود آن را تجربه کرده است (طاهری، سهیلی، پورشهریاری، ۱۳۹۶). لپیژ<sup>۳</sup> (۱۹۱۴) در تعریف همدلی به شناختی که افراد در مورد حس درونی خود پیدا می‌کردند بحث می‌کرد. تیچنر در سال (۱۹۰۹) معادل انگلیسی همدلی را شناسایی حالات درونی و احساسات و عواطف خود و نسبت دادن آنها به دیگران است تا بتوان افراد را بهتر شناخت. بعدها نظریه‌پردازان زیادی همدلی را به عنوان قدرت تشخیص درک تجربه‌های ذهنی افراد بیان کردند. کودکانی که همدلی و رفتارهای مناسبی دارند نسبت به دیگران محبت و مهربانی بیشتری دارند، عواطف و احساسات مثبتی نسبت به اطراف و دیگران دارند، با آنها کلام و رفتار مثبت و خوبی دارند و نسبت به رفتارهای ناسازگارانه حساس هستند و نمی‌توانند، قبول کنند (به نقل از خردمند، جلالی و شمس‌آباد، ۱۳۹۷).

همدلی به ایجاد رابطه، افزایش اعتماد به نفس، شناختن هیجان‌ها و عواطف و احساسات، جمع‌آوری اطلاعات و روشن کردن مشکلات کمک می‌کند و با افزایش همدلی افراد بهتر می‌توانند، افزایش مشارکت در گفتگوها، افزایش اعتماد بنفس، را انجام داد. زمانی که انسان‌ها به دنیا میان از همان اوایل می‌توانند با انسانها ارتباط برقرار کنند و با آنها در ارتباط باشند، و استعداد‌های خود را شکوفا کنند (نورانی‌پور، ۱۳۹۵). یکی از عناصر مهم و موثر در زندگی افراد مهارت‌های همدلی است، که این مهارت باعث می‌شود ارتباطات افراد با همدیگر و با اعضای خانواده افزایش یابد (معین‌الدین، ۱۳۹۶). همدلی مهارت تاثیرگذاری است که فرد می‌تواند خود را با شرایط جامعه و دیگران تطبیق دهد. آشنایی افراد با همدلی و شناسایی مهارت‌ها می‌توانند به

5 Haffman

6 Gilbert botvin

7 Gilbert &amp; botvin

8 Botvin

1 Sivaraman

2 Jackson, Eug-ene and Tremblay

3 Lipps

4 Jolliffe &amp; Farrington

محرک‌های محیط و موقعیت‌ها، به نحوی که برای خود فرد یا دیگران و یا هر دو زیان بخش باشد و فرد نتواند انتظارات خود و دیگران را برآورده سازد. ناسازگاری ممکن است در بافت‌ها و موقعیت‌های مختلف بروز کند و متوجه درون یا بیرون فرد باشد. به همین دلیل، معمولاً صفت سازگاری، اجتماعی، تحصیلی، هیجانی و جز آن استفاده می‌شود (فتح‌اله‌زاده، باقری، رستمی و دربانی، ۱۳۹۵).

در ارتباط با موضوع همدلی، سازگاری اجتماعی و مهارت‌های اجتماعی کودکان مطالعات قابل توجهی صورت گرفته است که در ادامه به برخی از آنها اشاره می‌شود: مقدم‌فر و همکاران (۱۳۹۹) در پژوهشی با عنوان «تأثیر همدلی بر رشد اجتماعی کودکان پیش دبستانی: نقش میانجی کفایت اجتماعی» دریافتند متغیرهای همدلی بر رشد اجتماعی و کفایت اجتماعی در رشد اجتماعی کودکان پیش دبستانی مؤثر بوده، می‌تواند در قالب مهارت‌های پایه‌ای در آموزش رسمی و مهارت‌های فرزندپروری به منظور پیشگیری و درمان مشکلات بین فردی به کار گرفت.

قادری (۱۳۹۸) در پژوهشی با عنوان «اثربخشی آموزش مهارت همدلی بر سازگاری اجتماعی، شادکامی و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دوره اول متوسطه ناحیه یک شهر همدان» پرداخته بودند به این نتیجه دست یافتند، که بین گروه‌های آزمایش و کنترل در سازگاری اجتماعی تفاوت معنادار وجود دارد. به این معنی که آموزش همدلی توانسته است سازگاری اجتماعی را در گروه آزمایش افزایش دهد. همچنین آموزش همدلی، مؤلفه‌های شادکامی را در دانش‌آموزان افزایش داده است. آموزش همدلی باعث پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان گروه آزمایش شده است. مصلحی و همکاران (۱۳۹۸) در پژوهشی دیگر با عنوان «اثربخشی آموزش ارتباط بدون خشونت بر مهارت‌های اجتماعی، مقبولیت اجتماعی و همدلی کودکان پیش دبستانی شهر محمودآباد» به این نتیجه رسیده که این آموزش توانسته است در مهارت‌های اجتماعی و مقبولیت اجتماعی و همدلی کودکان پیش دبستانی به طور معناداری در جهت افزایش میانگین متغیرهای وابسته، تغییر ایجاد کند. کاظمی و ابوالقاسمی (۱۳۹۸) در پژوهشی با عنوان «تأثیر آموزش همدلی بر پایه بازی بر مهارت‌های ارتباطی و رفتارهای کلیشه‌ای دانش‌آموزان طیف اوتیسم» پرداخته نتایج نشان داد که آموزش همدلی در افزایش مهارت‌های ارتباطی و کاهش رفتارهای کلیشه‌ای دانش‌آموزان اتیستیک تأثیر دارد. براساس نتایج پژوهش حاضر، می‌توان از آموزش همدلی بر پایه بازی برای افزایش مهارت‌های ارتباطی دانش‌آموزان به عنوان یک روش مکمل

مهارت‌های اجتماعی، مجموعه رفتارهای آموخته شده‌ای است که فرد را قادر می‌سازد تا با دیگران رابطه‌ی اثربخش داشته و از واکنش‌های نامعقول اجتماعی خودداری کند. همکاری، مشارکت با دیگران، کمک کردن، آغازگر رابطه بودن، تقاضای کمک کردن، تعریف و تمجید از دیگران و قدردانی کردن، از این رفتارها است (قراملکی، پورعبدل و سجادپور، ۱۳۹۷). مهارت‌های اجتماعی، شامل رفتارهای کلامی و غیرکلامی می‌باشند که با پاسخ‌های مناسب و درست برای کنترل رفتارهای ویژه بکار می‌روند، این مهارت‌ها تحت تأثیر عوامل محیطی هستند. به این دلیل افرادی که اختلال رفتاری مناسبی ندارند مهارت‌های سازگاری پایینی دارند. (ماتیز و لاکمن<sup>۱</sup>، ۲۰۱۰).

از طرف دیگر، دنیای امروز بیش از هر زمان دیگری نیازمند انعطاف پذیری و یا به عبارتی سازگاری اجتماعی است. بدون شک، داشتن سازگاری اجتماعی می‌تواند نقش بسزایی در زندگی افراد داشته باشد. سازگاری اجتماعی عبارت است از هماهنگ ساختن رفتار به منظور برآورده ساختن نیازهای محیطی که غالباً مستلزم کنترل تکانه‌ها، هیجان‌ها با نگرش‌ها است. اگر به هر دلیلی فرد از برقراری ارتباط با دیگران و محیط اجتماعی خود ناتوان باشد، یا به عبارتی جریان سازگاری مختل شود، رفتارهای ناسازگارانه با اختلالات رفتاری به وجود می‌آید (برزگربرویی، ۱۳۹۳).

در دوران کودکی به دلیل اینکه ارتباط یا همسالان افزایش و وابستگی به والدین کاهش می‌یابد، سازگاری اجتماعی از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است (احمدی و اسدزاده، ۱۳۹۱). در شکل‌گیری سازگاری اجتماعی کودکان عواملی مانند شیوه‌های تربیتی، ارزش‌ها، اعتقادات حاکم بر فرد و جامعه، همسالان، خانواده و آموزش و پرورش مؤثر است. سازگاری با موقعیت‌های جدید متنوع در دورانی که عصر تنیدگی و تغییر سریع اجتماعی است. کار آسانی نیست. نتایج پژوهش‌ها نشان می‌دهند که هر گونه دگرگونی در زندگی آدمی، خواه خوشایند و خواه ناخوشایند، مستلزم نوعی سازگاری مجدد است (نزو، نزو و زیریلا، ۲۰۱۳). علاوه بر این، قدرت سازگاری در جامعه انسانی برابر نیست و این در حالی است که کنار آمدن با دیگران اولین تکلیفی است که فرد در زندگی با آن روبه رو می‌شود. سطح سازگاری اجتماعی انسان که بخشی از سبک زندگی انسان است، بر روی روش برخورد انسان با مشکلات زندگی تأثیرگذار است؛ بنابراین افراد باید هر یک، به نوعی به سازگاری رضایت‌بخش دست یابند. سازگاری به پذیرش و انجام رفتار و کردار مناسب و موافق محیط و تغییرات محیطی اشاره دارد و مفهوم تضاد آن ناسازگاری است. یعنی نشان دادن واکنش نامناسب به

تحقیق کاش و گرینبرگ<sup>۵</sup> (۲۰۱۷) نیز نشان داد که آموزش مهارت همدلی بر مشکلات بین‌شخصی و خودتنظیمی عاطفی موثر است. و افزایش مهارت همدلی باعث افزایش مردم‌آمیزی، صمیمیت و مسئولیت‌پذیری می‌شود.

### روش تحقیق

در این پژوهش با توجه به موضوع و هدف پژوهش از روش نیمه‌آزمایشی با طرح (پیش‌آزمون - پس‌آزمون) گروه کنترل استفاده شد. جامعه‌آماری در پژوهش را کلیه کودکان پیش‌دبستان شهر سنج سال تحصیلی ۹۹-۹۸ تشکیل می‌دهد که برای تعیین حجم نمونه ۲۰ نفر از طریق نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند و به صورت تصادفی در دو گروه کنترل و آزمایش قرار گرفتند. در گروه آزمایش برنامه تأکید بر بنیان‌ها درمان چهار عاملی (وزیری، و لطفی کاشانی، ۱۳۹۰) تنظیم شده‌است، در ۱۰ جلسه ۱/۵ ساعته اجرا شد این برنامه با تأکید بر پنج فرایند دانش‌افزایی، کاربستن، ارزشیابی، تحلیل و ترکیب تلاش داشت تا مهارت‌های همدلی بر اساس مدل چهارعاملی با ایجاد رابطه‌ای تخصصی و نیکو، شناخت‌افزایی، ایجاد امید و انتظار درمان و نظم‌دهی رفتار، آموزش دهد. در طول پژوهش گروه کنترل هیچ مداخله‌ای دریافت نکردند، گردآوری داده‌ها به صورت پیش‌آزمون و پس‌آزمون با اجرای دو پرسشنامه آزمون پرسشنامه استاندارد سازگاری اجتماعی کالیفرنیا و مقیاس مهارت اجتماعی شامل دو فرم ویژه ارزیابی توسط والدین و معلمان است، در دو گروه که به صورت تصادفی ساده در دو گروه آزمایش (۱۰ نفر) و گروه کنترل (۱۰ نفر) قرار داشتند، اجرا شد.

در این پژوهش برای گردآوری داده‌ها از دو پرسشنامه استاندارد استفاده شد: الف) پرسشنامه استاندارد سازگاری اجتماعی کالیفرنیا (کلارک و همکاران ۱۹۵۳، به نقل از آخوندی، ۱۳۷۹) است. این پرسشنامه دارای ۵ مؤلفه است، که عبارتند از: قالب‌های اجتماعی، مهارت‌های اجتماعی، علایق ضد اجتماعی، روابط مدرسه‌ای و روابط اجتماعی. پاسخ‌سوال‌ها فقط دارای دو گزینه بله و خیر و دارای ۹۰ است. مؤلفه‌ی قالب‌های اجتماعی شامل ۱۸ گویه (۱ الی ۱۸ پرسشنامه)، مؤلفه‌ی مهارت‌های اجتماعی شامل ۱۸ گویه (۱۹ الی ۳۶ پرسشنامه)، مؤلفه‌ی علایق ضد اجتماعی شامل ۱۸ گویه (۳۷ الی ۵۴ پرسشنامه)، مؤلفه‌ی روابط مدرسه‌ای شامل ۱۸ گویه (۵۵ الی ۷۲ پرسشنامه) و مؤلفه‌ی روابط اجتماعی شامل ۱۸ گویه (گویه ۷۳ الی ۹۰ پرسشنامه) است.

ب) پرسشنامه مقیاس مهارت اجتماعی هاج (۱۹۸۳) که شامل دو فرم ویژه ارزیابی توسط والدین و معلمان است. هر یک

برای بهبود رفتارهای اتیستیک استفاده کرد. فیاض و مشایخی (۱۳۹۵) در پژوهشی با عنوان «مقایسه سازگاری اجتماعی و همدلی در کودکان خانواده‌های تک‌فرزند و چند فرزند در دوره پیش از دبستان» پرداخته و به این نتیجه دست یافتند، که بین دو گروه از کودکان در دو متغیر همدلی و سازگاری اجتماعی تفاوت معنی‌داری وجود ندارد. رضایی و نظری (۱۳۹۴) در پژوهشی با عنوان «اثربخشی آموزش مهارت همدلی بر افزایش مهارت‌های اجتماعی و خودپنداره دانش‌آموزان دختر» دریافتند، که آموزش همدلی تفاوت معناداری را در بعد همکاری در مهارت‌های اجتماعی افراد ایجاد کرده است و آموزش همدلی بر افزایش خودپنداره دانش‌آموزان تأثیر معناداری دارد. برزگربرویی (۱۳۹۴) در پژوهشی با عنوان «تأثیر آموزش همدلی بر سازگاری اجتماعی و پرخاشگری دانش‌آموزان دختر» به این نتیجه رسیده است که بعد از کنترل نمره‌های پیش‌آزمون، تفاوت معناداری بین دو گروه آزمایش و گواه در میانگین نمره‌های همدلی، سازگاری اجتماعی و پرخاشگری و ابعاد آن وجود دارد. کدیور و همکاران (۱۳۹۱) در پژوهشی با عنوان «تأثیر آموزش همدلی بر مهارت‌های اجتماعی کودکان پسر پیش‌دبستانی» پرداخته و به این نتایج رسیدند که آموزش همدلی، باعث افزایش مهارت ابراز وجود کودکان گروه آزمایش شد. آموزش همدلی، باعث افزایش مهارت خودکنترلی کودکان گروه آزمایش شد. آموزش همدلی، باعث افزایش مهارت همیاری کودکان گروه آزمایش شد. در نتیجه آموزش همدلی، مهارت‌های اجتماعی کودکان پیش‌دبستانی را ارتقا داد. سابان و کیری<sup>۱</sup> (۲۰۱۹) در پژوهشی با عنوان «همدلی، روابط اجتماعی و در جوانان مبتلا به اختلال هماهنگی رشدی» به این نتیجه رسیدند که آموزش همدلی در بهبود روابط اجتماعی بزرگسالان مبتلا به اختلال ناهماهنگی رشدی تأثیر معنی‌داری دارد. سیلک، برادی، بویلان و دولان<sup>۲</sup> (۲۰۱۸) در پژوهشی با عنوان «عوامل مؤثر بر توسعه همدلی و رفتارهای جامعه‌پسند در بین نوجوانان: یک بررسی سیستماتیک» پرداختند و به این نتیجه دست یافتند که که تعدادی از عوامل مختلف مفهومی و روانشناختی به طور قابل توجهی بر میزان پاسخگویی به جهت‌گیری‌های دیگر (رفتار همدلانه و جامعه‌پسند) تأثیر دارد. لوت و شفلد<sup>۳</sup> (۲۰۱۷) در پژوهشی نشان دادند افزایش مهارت همدلی به کاهش اختلالات رفتاری و بهبود روابط بین‌شخصی کمک می‌کند. جولیف و فارینگتون<sup>۴</sup> (۲۰۱۶) نیز حاکی از وجود رابطه منفی بین رفتارهای ضداجتماعی و میزان همدلی گرم در ایجاد رفتارهای مثبت و اجتماعی است

4 Farnigton & Jolif  
5 Kusche & Greenberg

1 Saban, Kirby  
2 Silke, Brady, Boylan, Dolan  
3 Lovett & Sheffield

۲۴ پرسشنامه) است. روایی و پایایی این پرسشنامه در پژوهش سبزواری و همکاران (۱۳۹۱) قابل قبول به دست آمده است. پایایی پرسشنامه‌های مذکور در این پژوهش با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ به ترتیب ۰/۸۲۴ و ۰/۸۷۴ محاسبه گردید. جهت تجزیه و تحلیل اطلاعات از تحلیل کوواریانس یک متغیره جهت آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیره استفاده شده است

### یافته‌ها

از فرم‌های مقیاس را می‌توان به تنهایی یا توأم به کار گرفت. که در پژوهش حاضر هر دو فرم معلم و والدین مورد استفاده قرار گرفت. از مهمترین منابع کسب اطلاع در زمینه رفتار و کفایت دانش آموزان هستند. والدین این پرسشنامه را که دارای ۴۷ پرسش سه نمره‌ای (دارای گزینه‌های هرگز، بعضی اوقات و اغلب اوقات) است، برای فرزندان خود و معلمان نیز فرم معلم را برای تمام دانش‌آموزان تکمیل کرده‌اند محتوای این مقیاس در برگیرنده دو بخش مشکلات رفتاری شامل ۲۳ گویه (۲۵ الی ۴۷ پرسشنامه) و بخش مهارت اجتماعی ۲۴ گویه (شماره ۱ الی

جدول ۱. میانگین و انحراف مؤلفه‌های سازگاری اجتماعی در پیش‌آزمون و پس‌آزمون

متغیر	گروه	پیش‌آزمون		پس‌آزمون	
		میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
سازگاری اجتماعی	کنترل	۴۴.۷	۲.۲۶	۴۵.۴	۲.۷۶
	آزمایش	۴۴.۸	۲.۴۴	۶۱.۵	۲.۱۲
قالب‌های اجتماعی	کنترل	۹.۸	۱.۲	۱۰	۱.۲۵
	آزمایش	۹.۹	۱.۱۹	۱۴.۵	۰.۸۵
مهارت‌های اجتماعی	کنترل	۹.۵	۱.۴۳	۹.۶	۱.۳۵
	آزمایش	۹.۷	۰.۸۲	۱۴.۷	۰.۶۷
علائق ضد اجتماعی	کنترل	۶.۲	۰.۷۸	۶.۲	۱.۰۳
	آزمایش	۶	۰.۶۷	۳.۲	۰.۴۲
روابط مدرسه‌ای	کنترل	۹.۸	۰.۷۹	۹.۷	۰.۹۵
	آزمایش	۱۰.۱	۱.۵۲	۱۴.۵	۱.۱۷
روابط اجتماعی	کنترل	۹.۵	۱.۰۸	۹.۳	۱.۳۴
	آزمایش	۹.۷	۰.۸۲	۱۴.۶	۱.۴۳

میانگین سازگاری اجتماعی در گروه آزمایش قبل از آموزش مؤلفه‌های همدلی ۴۴.۸ بوده، که بعد از آموزش مؤلفه‌های همدلی در گروه آزمایش، میانگین سازگاری اجتماعی کودکان به نمره ۶۱.۵ افزایش یافته است.

با توجه به نتایج جدول (۱) می‌توان اظهار داشت میانگین نمرات گروه کنترل در پس‌آزمون (۴۵.۴) و پیش‌آزمون (۴۴.۷) نزدیک به هم است. اما میانگین نمرات گروه آزمایش در پس‌آزمون (۶۱.۵) و پیش‌آزمون (۴۴.۸) با هم متفاوت است. لذا

جدول ۲. میانگین و انحراف معیار متغیر مهارت‌های اجتماعی در پیش‌آزمون و پس‌آزمون

متغیر	گروه	پیش‌آزمون		پس‌آزمون	
		میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
مهارت‌های اجتماعی	کنترل	۴۸.۷	۲.۱۱	۴۸.۶	۲.۴۶
	آزمایش	۵۰.۱	۱.۷۹	۷۰.۱	۲.۸۵
مهارت اجتماعی	کنترل	۲۱.۱	۱.۲۴	۲۱.۲	۱.۷۴
	آزمایش	۲۱.۶	۱.۶۸	۴۵.۳	۲.۶۴
مشکلات رفتاری	کنترل	۲۷.۶	۲.۵۴	۲۷.۴	۱.۸۵
	آزمایش	۲۸.۵	۱.۶۵	۲۴.۸	۲.۰۱

میانگین مهارت‌های اجتماعی در گروه آزمایش قبل از آموزش مؤلفه‌های همدلی ۴۸.۶ بوده، که بعد از آموزش مؤلفه‌های همدلی در گروه آزمایش، میانگین مهارت‌های اجتماعی کودکان به نمره ۷۰.۱ افزایش یافته است.

با توجه به نتایج جدول (۲) می‌توان اظهار داشت میانگین نمرات گروه کنترل در پس‌آزمون (۵۰.۱) و پیش‌آزمون (۴۸.۷) نزدیک به هم است. اما میانگین نمرات گروه آزمایش در پس‌آزمون (۷۰.۱) و پیش‌آزمون (۴۸.۶) با هم متفاوت است. لذا

واریانس‌های گروه‌ها در متغیر وابسته و همگن بودن شیب رگرسیون و نرمال بودن متغیرهای وابسته مورد بررسی قرار گرفت و با سطح معنی‌داری بزرگتر از ۰/۰۵ تایید شده است.

به منظور بررسی تفاوت‌های دو گروه از روش تحلیل کوواریانس استفاده شده است که نتایج آن در جدول ارائه شده است. در ابتدا پیش‌فرض‌های تحلیل کوواریانس یعنی برابری

جدول ۳. نتیجه آزمون کولموگروف - اسمیرنوف سازگاری و مهارت‌های اجتماعی برای نرمال بودن توزیع داده‌ها

نتیجه	پس آزمون		نتیجه	پیش آزمون		گروه	متغیر
	معیار	کلموگروف اسمیرنوف		معیار تصمیم	کلموگروف اسمیرنوف		
نرمال	۰.۰۹۹	۰.۲۴۲	نرمال	۰.۱۹۹	۰.۲۱۷	کنترل	سازگاری
نرمال	۰.۰۶۱	۰.۲۶۰	نرمال	۰.۰۶۷	۲۴۸.۰	آزمایش	اجتماعی
نرمال	۰.۲۰۰	۰.۱۴۲	نرمال	۰.۲۰۰	۰.۱۶۲	کنترل	مهارت‌های
نرمال	۰.۲۰۰	۰.۱۷۶	نرمال	۰.۲۰۰	۰.۱۷۸	آزمایش	اجتماعی

در دو گروه کنترل و آزمایش در پس آزمون و پیش آزمون، دارای توزیع نرمال است.

بر اساس نتایج جدول (۳) سطح معنی‌داری می‌توان فرض صفر را قبول کرد، دلیلی برای عدم پذیرش این فرضیه که نمونه مورد نظر دارای توزیع نرمال است، وجود ندارد. لذا توزیع داده‌ها

جدول ۴. نتیجه آزمون تحلیل کوواریانس متغیرهای سازگاری و مهارت‌های اجتماعی در دو گروه آزمایش و کنترل

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مربعات	مقدار F	معنی‌داری	مجذور اتا
مدل اصلاح شده	۶۶۵۸.۲۸۷	۲	۶۶۵۸.۲۸۷	۳۹۱.۲۲۴	۰.۰۰۰	۰.۹۷۹
شیب	۲۴.۵۲	۱	۲۴.۵۲	۲.۸۸۱	۰.۱۰۸	۰.۱۴۵
پیش‌آزمون سازگاری و مهارت‌های اجتماعی	۱۴۲.۲۳۷	۱	۱۴۲.۲۳۷	۱۶.۷۱۵	۰.۰۰۱	۰.۴۹۶
متغیر گروه	۶۵۱۶.۰۵۰	۱	۶۵۱۶.۰۵۰	۷۶۵.۷۳۲	۰.۰۰۰	۰.۹۷۸
خطا	۱۴۴.۶۶۳	۱۷	۸.۵۱۰	-	-	-
جمع	۲۶۴۶۷۵	۲۰	-	-	-	-
جمع اصلاح شده	۶۸۰۲.۹۵۰	۱۹	-	-	-	-

است. همدلی می‌تواند در رشد سازگاری اجتماعی کودکان نقش مؤثری داشته باشد. به همین خاطر با ارتقای همدلی در کودکان نوع نگاه نو در کودک ایجاد کرد و با قدرت تشخیص و استدلال و قضاوت صحیح، همدلی کردن در شرایط مناسب، احترام به دیدگاه‌های متفاوت را در آنان افزایش داد. تربیت اجتماعی مناسب و مطلوب و سازگاری با گروه‌های اجتماعی در تنهایی و انزوا و بدون فراهم شدن فرصت‌های مناسب امکان پذیر نیست. هر چه فرصت‌های مناسب زودتر برای رشد سازگاری اجتماعی و کسب مهارت‌های اجتماعی فراهم شوند کودکان موفق‌تر و شایسته‌تر رفتارهای اجتماعی از خود بروز می‌دهند. از این رو، فرستادن کودک به مهد کودک و مراکز پیش‌دبستانی برای تکمیل و گسترش روابط اجتماعی او که در محیط خانه و در تماس با کودکان همسال خود به آن نیاز دارد، بسیار مفید و کاربردی است. زیرا در مراکز پیش‌دبستانی نه تنها کودک به رفتار و برقراری ارتباط با همسالان خود می‌پردازد بلکه مریبان نیز رفتار اجتماعی او را در جهت مطلوب هدایت می‌کنند.

دانش نتایج یافته‌ها نشان داد که آموزش مؤلفه‌های همدلی بر مؤلفه‌های سازگاری اجتماعی تأثیر معناداری دارد. نتایج این

با توجه به نتایج (۴) خط سوم مقدار F حاکی از تأثیر متغیر همپراش است، (۱۶.۷۱۵). این مقدار F معنی‌دار است برای این که سطح معناداری آن (sig=۰.۰۰۱) از آلفای پژوهش (۰.۰۵) پایین‌تر است. لذا خطی بودن رابطه و پیوند متغیر کنترل و مستقل بر اساس پیش فرض چهارم، رعایت شده است. بر اساس سطح معناداری (Sig=۰.۰۰۰)، می‌توان نتیجه گرفت که مقدار F که نشان‌گر تأثیر متغیر مستقل است در ردیف چهارم جدول (۷۶۵.۷۳۲) معنی‌دار است، یعنی پس از خارج کردن تأثیر پیش‌آزمون، تفاوت معنی‌داری بین میانگین نمرات میزان سازگاری و مهارت‌های اجتماعی دو گروه در پس آزمون آموزش مؤلفه‌های همدلی وجود دارد؛ بنابراین آموزش مؤلفه‌های همدلی بر سازگاری و مهارت‌های اجتماعی کودکان پیش‌دبستانی تأثیر معناداری دارد. پس فرضیه اصلی پژوهش مورد تایید قرار می‌گیرد.

## بحث و نتیجه‌گیری

هدف این پژوهش، بررسی میزان اثربخشی آموزش مؤلفه‌های همدلی بر سازگاری و مهارت‌های اجتماعی کودکان پیش‌دبستانی



کند، روابط اجتماعی مثبت و مفید را آغاز و حفظ کند، دوستی و صمیمیت با همسالان را گسترش دهد و سازگاری رضایت بخشی را در محیط‌های آموزشی و جامعه ایجاد کند. آموزش همدلی، مهارت‌های اجتماعی را رشد می‌دهد. مهارت مدیریت خود، شناخت هیجانات خود و دیگران و در نهایت کنترل هیجانات و سازگاری اجتماعی افزایش می‌یابد.

از جمله محدودیت‌های این پژوهش می‌توان به محدود بودن نمونه مورد بررسی کودکان پیش‌دبستانی به خاطر شرایط کرونایی در جامعه اشاره کرد. و با توجه به اینکه پژوهش حاضر در شهر سنج انجام گرفته بنابراین در تعمیم دادن نتایج آن به سایر گروه‌ها و شهرها باید احتیاط کرد.

با توجه به نتایج پژوهش حاضر و تأثیر آموزش همدلی بر سازگاری و مهارت‌های اجتماعی در دوره پیش‌دبستانی پیشنهاد می‌شود که:

- در برنامه‌های رسمی و غیر رسمی مراکز پیش‌دبستان جایگاه ویژه‌ای برای پرورش سازگاری و مهارت‌های اجتماعی کودکان در نظر گرفته شود. و آموزش مهارت‌های اجتماعی و ایجاد سازگاری باید از یک سو به عنوان بخشی از آموزش همگانی و از سوی دیگر به مثابه بخشی از آموزش بزرگسالان تلقی شود.

- ایجاد سازگاری و مهارت‌ها دارای فونونی است که به آسانی فرا گرفته می‌شود، پیشنهاد می‌شود که در دوره‌های آموزشی، مشاوران مراکز پیش‌دبستانی را با فنون و روش‌های عملی این رویکرد آشنا نموده تا در خدمات مشاوره‌ای خود با کودکان، بهتر از آن بهره‌گیرند.

- کودکان سازگاری و مهارت‌های اجتماعی را در روابط متقابل با دیگران و الگوبرداری از آنها فرا می‌گیرند، در این زمینه نقش مربیان و مدیران در مراکز آموزشی بسیار حساس است و برای احراز پست‌های مربی‌گری و مدیریت، باید نهایت شایستگی افراد نه تنها از نظر علمی و آکادمیک بلکه از نظر اخلاقی و رفتار نیز مورد توجه قرار بگیرد

- با توجه به اینکه شرکت‌کنندگان در جلسه‌های آموزشی مهارت همدلی با اشتیاق شرکت می‌کردند و خواستار این گونه آموزش‌ها بودند؛ بنابراین پیشنهاد می‌شود آموزش همدلی به عنوان یکی از موضوعات مهم در برنامه‌ی درسی مدارس پیش‌دبستانی در نظر گرفته شود. واضح است روانشناسان، مشاوران و مربیان می‌توانند در این گونه برنامه‌ها، آموزش همدلی را به کودکان آموزش دهند و آنان را برای ورود به یک دنیای واقعی آماده کنند.

تحقیق با نتایج تحقیقات سلیمانی دامنه (۱۳۹۷)، معمائی (۱۳۹۷)، رضایی و نظری (۱۳۹۴)، زارع (۱۳۹۱)، سابان و کیری (۲۰۱۹)، سیلک، برادی، بویلان و دولان (۲۰۱۸)، لوت و شفلد (۲۰۱۷)، جولیف و فارینگتون (۲۰۱۶)، کاش و گرینبرگ (۲۰۱۷) همخوانی دارد. آموزش همدلی توانسته است در مهارت‌های اجتماعی و سازگاری اجتماعی و همدلی کودکان پیش‌دبستانی به طور معناداری تأثیر دارد. آموزش همدلی تفاوت معناداری را در بعد همکاری در مهارت‌های اجتماعی افراد ایجاد کرده است و آموزش همدلی بر افزایش خودپنداره دانش‌آموزان تأثیر معناداری داشته است. نتایج تحقیق حاکی از این است که آموزش همدلی، مهارت‌های اجتماعی کودکان پیش‌دبستانی را ارتقا داده است.

همدلی، نوعی توجه و دل‌مشغولی نسبت به مسائل دیگران را نشان می‌دهد و این توجه و اندیشیدن درباره‌ی اثر پیامدهای رفتار شخص بر دیگران، باعث برانگیخته شدن حس همدلی می‌شود. همدلی باعث می‌شود که فرد خود را به جای دیگران بگذارد و با توجه به اینکه خود را به جای دیگران گذاشتن، باعث درک موقعیت از دیدگاه شخص دیگر؛ پیش‌بینی و درک افکار، احساسات و اهداف شخص دیگر؛ استدلال اخلاقی و شناخت احساسات دیگران و سهیم دانستن خود در آن احساسات می‌شود، باعث می‌شود که رفتارهای اجتماعی مطلوب در افراد شکل بگیرد. از این رو، همدلی دربردارنده‌ی توانایی ایجاد روابط هماهنگ با دیگران است. بنابراین یک شخص با همدلی بالا می‌تواند در ارتباط با دیگران موفق عمل کند. کودکانی که دارای مهارت همدلی مناسب هستند، رفتارهایی از خود نشان می‌دهند که منجر به پیامدهای مثبت روانی - اجتماعی نظیر پذیرش توسط همسالان و رابطه مثبت با دیگران می‌شود، آنها می‌توانند خودداری رفتاری داشته باشند و رفتارهای دوستانه، یاری‌گرانه، سخاوتمندانه و به طور کلی رفتارهای مبین همکاری با دیگران را از خود نشان دهند؛ بنابراین همدلی هسته‌ی تمام رفتارهای اجتماعی و فقدان همدلی هسته‌ی تمام رفتارهای ضد اجتماعی است. همدلی، ظرفیت بنیادین افراد در تنظیم روابط، حمایت از فعالیت‌های مشترک و انسجام گروهی است و همچنین نیروی برانگیزنده رفتارهای اجتماعی و رفتارهایی است که انسجام گروهی را در پی دارد.

با توجه به اینکه با آموزش همدلی می‌توان سه گام اساسی را تحت عنوان تقویت درک دیدگاه‌های دیگران، افزایش حساسیت نسبت به احساسات دیگران و آگاهی از کلماتی که مبین احساسات خود و دیگران هستند، در کودکان پرورش داد. در این صورت کودک قادر خواهد بود نیازها و دغدغه‌های دیگران را آگاهانه درک کند و از عکس‌العمل‌های نامعقول اجتماعی اجتناب

## منابع

- احمدی، محمدسعید. حاتمی، حمیدرضا. اسدزاده، حسن (۱۳۹۱). تأثیر آموزش مهارت‌های ارتباطی بر سازگاری اجتماعی و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان مقطع متوسطه شهر زنجان. فصلنامه پژوهش‌های روانشناسی اجتماعی، ۱۳(۵)، ۹۹-۱۱۵.
- البرزی، محبوبه. انباری، عبدالرحمن. خوشبخت، فریبا (۱۳۹۷). بررسی نقش مهارت‌های اجتماعی و جو خانواده در حل مسأله اجتماعی: نقش واسطه ای انعطاق پذیر شناختی. مجله روانشناسی تربیتی، ۳۱(۱۵)، ۳۱-۳۴.
- برزگر بفرویی، کاظم (۱۳۹۴). تاثیر آموزش همدلی بر سازگاری اجتماعی و پرخاشگری دانش‌آموزان دختر، فصلنامه پژوهش در یادگیری آموزشگاهی و مجازی، ۳(۹)، ۲۱-۳۲.
- بنی‌اسدی، ابراهیم. برجعلی، احمد. مفیدی، فرخنده. بنی‌اسدی، فاطمه (۱۳۹۴). اثربخشی آموزش همدلی بر زورگویی کودکان ۴-۶ سال در مراکز پیش از دبستان. فصلنامه مطالعات پیش‌دبستان، ۱(۱)، ۱-۲۳.
- خدابخش، محمدرضا. منصور، پروین (۱۳۹۰). رابطه عفو و همدلی در دانشجویان پزشکی و پرستاری، مجله افق دانش، فصل نامه دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی گناباد، ۱۱(۲): ۵۵-۶۹.
- خردمند، سعید. جلالی، محمدرضا. شمس‌آسفن‌آباد، حسن (۱۳۹۷). مقایسه همدلی شناختی و عاطفی، در دو گروه دارای سبک شخصیت جرأت‌ورزی و ضد اجتماعی. فصلنامه تازه‌های علوم‌شناختی، ۳(۲۰)، ۱۲۶-۱۱۴.
- رضایی، آذرمیدخت. نظری، ناهید (۱۳۹۴). اثربخشی آموزش مهارت همدلی بر افزایش مهارت‌های اجتماعی و خودپنداره دانش‌آموزان دختر. پایان نامه کارشناسی ارشد دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت. رستمی، سمیرا. خرمايي، فرهاد (۱۳۹۹). اثربخشی آموزش همدلی بر بخشش: بررسی نقش باور به دنیای عادلانه. فصلنامه دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی، ۸۲(۴)، ۸۱-۹۰.
- طاهری، آزاده. سهیلی، فریبا. پورشهریاری، مه‌سیما (۱۳۹۶). مقایسه هوش اجتماعی و همدلی با بیمار در دانشجویان پزشکی ایران و انگلستان: یک مطالعه‌ی میان فرهنگی. فصلنامه روان‌شناسی و روان‌پزشکی شناخت، ۴(۱)، ۳۸-۵۰.
- عیسی‌مراد، ابوالقاسم. نفر، زهرا فاطمی، فاطمه السادات فاطمی (۱۳۹۸). اثربخشی آموزش فلسفه به کودکان بر همدلی و حل مسئله اجتماعی دانش‌آموزان پنجم ابتدایی. فصلنامه مطالعات روان‌شناسی بالینی، ۹(۳۶)، ۱۱۷-۱۳۴.
- فتح‌اله زاده، نوشین. باقری، پریسا. رستمی، مهدی. دربنای، سیدعلی (۱۳۹۵). اثربخشی آموزش مهارت‌های اجتماعی بر
- سازگاری و خودکارآمدی دانش‌آموزان دختر دبیرستانی. فصلنامه روان‌شناسی کاربردی، ۳(۳۹)، ۲۷۱-۲۹۸.
- فیاض، ایراندخت. مشایخی اسفنجاری، سعیده (۱۳۹۵). مقایسه سازگاری اجتماعی و همدلی در کودکان خانواده‌های تک فرزند و چند فرزند در دوره پیش از دبستان. پایان نامه کارشناسی ارشد دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه علامه طباطبایی.
- قراملکی، ناصر. پورعبدل، سعید. سجادیپور، سیدحامد (۱۳۹۷). اثربخشی آموزش مهارت‌های اجتماعی بر بهبود بهزیستی اجتماعی دانش‌آموزان زورگو. فصلنامه روش‌ها و مدل‌های روان‌شناختی، ۳۴(۹)، ۱-۱۵.
- کاظمی، فهیمه. ابوالقاسمی، عباس (۱۳۹۸). تاثیر آموزش همدلی بر پایه بازی بر مهارت‌های ارتباطی و رفتارهای کلیشه‌ای دانش‌آموزان طیف اوتیسم. مطالعات روان‌شناختی، ۱۵(۲)، ۲۶-۴۱.
- کدیور، پرورین. صرامی، غلامرضا. زارع، فاطمه (۱۳۹۱). تأثیر آموزش همدلی بر مهارت‌های اجتماعی کودکان پسر پیش‌دبستانی. پایان نامه کارشناسی ارشد دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تربیت معلم. تهران.
- محمدی گرکانی، آذر. درتاج، فریبرز. کیامنش، علیرضا (۱۳۹۸). اثربخشی آموزش مهارت‌های اجتماعی - عاطفی بر روی مؤلفه‌های عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دختر. نشریه علمی آموزش و ارزشیابی، ۱۲(۴۵)، ۱۵۰-۱۳۳.
- مصلحی جویباری، میترا. دوستی، یارعلی. معمايي، زینب (۱۳۹۸). اثربخشی آموزش ارتباط بدون خشونت بر مهارت‌های اجتماعی، مقبولیت اجتماعی و همدلی کودکان پیش‌دبستانی شهر محمودآباد. چهارمین همایش ملی روان‌شناسی تربیتی شناختی. تهران.
- مقدم‌فر، نصیره. جهرمی، رضاقربان. نصرالهی، بیتا. باقری، فریبرز (۱۳۹۹). تأثیر همدلی بر رشد اجتماعی کودکان پیش‌دبستانی: نقش میانجی کفایت اجتماعی. فصلنامه مطالعات روانشناسی تربیتی، ۱۷(۴۰)، ۱۳۷-۱۲۰.
- Cuff, B. M., Brown, S. J., Taylor, L., & Howat, D. J. (2016). Empathy: a review of the concept. *Emotion Review*, 8(2), 144-153.
- Decety, J., Bartal, I., Uzefovsky, F. and Knafno-Noam, A. (2016). Empathy as a driver of prosocial behaviour: Highly conserved neurobehavioural mechanisms across species, *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences*, 371(1686): 1-11.
- Jackson, P., Eugene, M., Tremblay, P. (2015). Improving empathy in the care of pain patients. *American Journal of Bioethics*, 6(3): 25-33.
- Jolliffe, D., & Farrington, D. P. (2016). Is low empathy related to bullying after controlling for individual and social background variables?. *Journal of adolescence*, 34(1), 59-71.

- Nezu, A. M., Nezu, C. M., & Dzurilla, T. J. (2013). *Problem solving therapy: A treatment manual*. New York: Springer Publishing Co.
- Parke, R., Roisman, G., & Rose, A. (2019). *Social development*: John Wiley & Sons.
- Plagerson, S. (2015). Integrating mental health and social development in theory and practice. *Health policy and planning*, 30(2), 163-170.
- Saban, M. T., Kirby, A. (2019). Empathy, social relationship and co-occurrence in young adults with DCD. *Human movement science*, 63, 62-72.
- Silke, C., Brady, B., Boylan, C., & Dolan, P. (2018). Factors influencing the development of empathy and pro-social behaviour among adolescents: a systematic review. *Children and Youth Services Review*, 94, 421-436.
- Sivaraman, M. (2017). Using multiple exemplar training to teach empathy skills to children with Autism. *Behavior Analysis in Practice*, 10(4): 337-346.
- Zellweger, T., Chrisman, J., Chua, J., Steier, L. (2019). Social structures, social relationships, and family firms. In: Sage Publications Sage CA: Los Angeles.
- Jolliffe, D., Farrington, D. P. (2016). Is low empathy related to bullying after controlling for individual and social background variables?. *Journal of adolescence*, 34(1), 59-71.
- Jolliffe, D., Farrington, D. P. (2016). Is low empathy related to bullying after controlling for individual and social background variables?. *Journal of adolescence*, 34(1), 59-71.
- Kusche, C. A., Greenberg, M. T. (2017). PATHS in your classroom: Promoting emotional literacy and alleviating emotional distress. *Social emotional learning and the elementary school child: A guide for educators*, 140-161.
- Lovett, B. J., Sheffield, R. A. (2017). Affective empathy deficits in aggressive children and adolescents: A critical review. *Clinical psychology review*, 27(1), 1-13.
- Matthys, W., Lochman, J. E. (2010). *Oppositional Defiant Disorder and Conduct Disorder in Childhood*. Blackwell Publishing.
- Menon, S., Nagaraj, N., Binoy, V. (2017). *Self, culture and consciousness: Interdisciplinary convergences on knowing and being*. Springer nature Singapore pte Ltd
- Morelli, S., Lieberman, M., Zaki, J. (2015). The Emerging Study of Positive Empathy. *Social and Personality Psychology Compass*, 9 (2), 57-68.

**ارجاع:** حسین‌پور سهیلا، ملک‌محمدی سارا، افکاری فرشته، اثربخشی آموزش مؤلفه‌های همدلی بر سازگاری و مهارت‌های اجتماعی کودکان، مجله

علوم حرکتی و رفتاری، دوره ۵، شماره ۴، زمستان ۱۴۰۱، صفحات ۳۰۵-۳۱۵.