فصلنامه پژوهش های مدیریت در جهان اسلام

شماره مجوز: ۸۵۴۹۵ شماره استاندارد بین المللی: ۶۰۹۴-۲۶۷۶ شماره پانزدهم (تابستان ۱۴۰۲)

به دانش آموزان کمک کنید تا از اشتباهاتشان یادبگیرند

(تاریخ ارسال ۱۴۰۲/۰۴/۲۰ تاریخ پذیرش ۱۴۰۲/۰۵/۱۱)

نعیمه مختاری

کارشناسی پیوسته آموزش مشاوره و راهنمایی

دانشجو معلم

چکیده

این کنش پژوهی با استفاده از مشاهدات میدانی و همچنین کمک گرفتن از برخی منابع کتابخانه ای مانند مقالات معتبر مرتبط با موضوع کمک به دانش آموزان در جهت یادگرفتن از اشتباهاتشان، انجام شده است. در این روند، تاکید بر آموزش مهارت جرئت ورزی به دانش آموزان بوده است که به جهت تاثیر پذیری بیشتر و انجام با کیفیت کار و همچنین توانایی مشاهده ملموس نتایج آموزش ها، دانش آموزان مقطع دوم متوسطه، پایه یازدهم به عنوان قشر هدف انتخاب شده اند. نتایج حاصل از این پژوهش، نشان دهنده میزان اهمیت آموزش مهارت های مورد نیاز برای زندگی به دانش آموزان از جمله مهارت جرئت ورزی می باشد که با استفاده از آن می توانند در بسیاری از موقعیت ها به درستی تصمیم گرفته و تسلیم هیجانات زودگذر و احساسات خود نشوند. همچنین، دانش آموزان نیز به یادگیری این مهارت ها علاقه مند بوده و در بحث ها و فعالیت های آن همکاری کرده و مشتاق به یادگیری و اجرا هستند.

واژگان کلیدی: دانش آموزان، اشتباهات، تجربه، یادگیری، جرئت ورزی، مهارت

مقدمه

امروزه خطا کردن انسان از کسی پوشیده نیست و عضوی جدایی ناپذیر است، آنچه که اهمیت دارد نحوه برخورد با این اشتباهات برای آینده است. اگر از آن درس گرفته شود به تجربه ای برای آینده و مانعی برای اشتباه بعدی تبدیل می شود. اما اگ نسبت به آن بی اعتنایی صورت بگیرد، میتواند در آینده نیز تکرار شده و مانع و حتی آسیبی جدی برای فرد به بار بیاورد. افراد به تناسب سن خود و موقعیت های گوناگونی که با آن مواجه می شوند ، با تصمیم گیری ها و متقابلا گاهی نیز با اشتباهاتی رو در رو می شوند. قشر دانش آموز نوجوان نیز از این دسته مستثنا نیست و حتی به دلیل قرار گیری در سن حساس بلوغ و ویژگی های خاص این سن، میتواند در معرض اشتباهات بیشتری باشد ؛ بنابر این آموزش مهارت هایی به افراد در جهت جلوگیری و یا کاهش این اشتباهات ضرورت می یابد تا افرادبتوانند در موقعیت های مختلف به درستی تصمیم بگیرند. همچنین، این مهارت ها از جمله مهارت جرئت ورزی، به افراد کمک میکند تا علاوه بر جلوگیری از اشتباه، در صورت وقوع آن بتوانند از آن تجربه کسب کنند و در موقعیت های بعدی از آن بهره ببرند. علاوه بر آن، افراد با استفاده از آن میتوانند در برابر هیجانات زودگذر و احساسات ناگهانی مقابله کرده و در لحظه بتوانند تصمیم درستی را اتخاذ نمایند. فردی که با جرأت است می تواند ارتباط نزدیک با دیگران برقرار کند، خودش را از سوء استفاده دیگران دور نگهدارد و دامنه وسیعی از نیازها و افکار مثبت و منفی را ابراز نماید، بی آنکه احساس گناه و اضطراب کند و یا به حقوق دیگران لطمه بزند. رفتار جرأت ورزانه با خودپنداره مثبت، عزت نفس، تسلط، خود بسندگی و اعتماد به نفس و همگرایی همبستگی دارد و رفتارهای غیرجرأت، ورزانه بازدارنده و ا جتنابی هستند و همبستگی مثبت و بالایی با ترسها، هراسها و اضطراب اجتماعی و انواع پرخاشگریهای درونی دارند (محامد، ۱۳۷۸)

یعقوبی (۱۳۷۷)در پژوهش خود بر روی دانش آموزان مقطع متوسطه شهرستان تفرش نشان داده است که آموزش جرأت ورزی از طریق ایفای به نقش صورت گروهی بر بهبود مهارتهای اجتماعی مؤثر است.

از طریق آموزش می توان با اضطراب اجتماعی مقابله کرد و به پرورش ابراز وجود و تقویت مهارت های اجتماعی دانش موزان همت گماشت. توفیق در عملکرد اجتماعی تحصیلی مستلزم برخورداری از اعتماد به نفس، ابراز وجود و مهارتهای اجتماعی است. این ویژگی ها به کودکان و نوجوانان فرصت میدهند تا در عرصه های گوناگون آموزشگاهی، مانند فعالیتهای گروهی، تعامل با دانش آموزان و انجام تکالیف، به طور فعال وسازنده عمل کنند و به طور کلی در حل مسائل کوشا باشند. هسته های مشاوره مدارس در بهبود عملکرد اجتماعی و تحصیلی دانش آموزان نقش مهمی بر عهده دارند. مشاوران می توانند نحوه جرئت ورزی سالم را به دانش آموزان آموزش دهند و از این طریق از بروز برخی از اختلالات رفتاری و مشکلات تحصیلی پیشگیری کنند. (رحیمی و همکاران، ۱۳۸۵)

بخش اول: ضرورت انجام این پژوهش

انجام این پژوهش به جهت بررسی راه های کمک به دانش آموزان جهت یادگیری از مشکلاتشان برای جلوگیری از وقوع مجدد آن و کسب تجربه ضروری است. در همین جهت نیز سعی بر آن شد تا در این پژوهش، این نتیجه از طریق آموزش مهارت جرئت ورزی به دانش آموزان صورت پذیرد.

الف: تبیین جامع موضوع با سه معیار آنچه میدانم / آنچه نمیدانم / آنچه می خواهم در پژوهش به آن برسم:

- آنچه میدانم

خطا کردن از ممکنات زندگی انسان است و اصولا از مربیان انسان نیز در همه دوره ها، اشتباهات او بوده است. چنانکه میتوان از این خطاها درس گرفت و از آ« ها در جهت زندگی بهتر و دوری از اشتباهات آینده استفاده کرد. قشر دانش آموز، اغلب ساعات عمر خود را در مدارس می گذراند و بیشترین تاثیرپذیری را از آن مکان دارد.

بنابراین، میتوان از این فضا با شناخت این قشر، روحیات، نیاز ها و ویژگی های آن ها و برقراری ارتباط مناسب با آنان، بیشترین وبهترین استفاده را کرده و آن ها را در جهت ورود به جامعه و همچنین عبرت گرفتن از اشتباهاتشان و عدم تکرار آن ها آماده کرد.

- آنچه نمیدانم

آموزش مهارت جرئت ورزی مسئله ای است که امروزه مورد نیاز همه به ویژه قشر نوجوان می باشد ؛ اما مسئله مجهول این است که چگونه می توان این مهارت را به دانش آموزان آموخت به نحوی که بتوانند از آن استفاده کنند. آیا میتوان از اشتباهات افراد کمک گرفت و با استفاده از عبرت های خطاهایشان، جرئت ورزی را به آنان آموخت ؟

- آنچه می خواهم در پژوهش به آن برسم

می توان گفت که انسان در برابر اشتباهات خود، ناگزیر به پذیرش و درس گرفتن از آن هاست ؛ چرا که در غیر این صورت و بی اهمیت جلوه دادن اشتباهات خود، نه تنها از آن خلاص نشده، بلکه به دلیل همان بی اهمیتی، مجددا به آن دچار خواهد شد. چه بسا که این بار، این خطا با شدت بیشتری صورت پذیرد و صدمات جبران ناپذیری را به خود شخص و حتی اطرافیان او وارد کند. به نظر می رسد در بین رده های سنی مختلف، پذیرش اشتباه توسط افراد کم سن و سال و به ویژه دانش آموزان، نسبت بهبزرگسالان راحت تر صورت می گیرد. البته دانش آموز امروز نیز مقاومت ها، لجبازی و غرور مخصوص به خود را دارد که گریزی از آن نیست! اما علی رغم همه این خصوصیات، نمی توان تاثیر مربی و مدرسه را بر شخص منکر شد. پس باید به این مرحله برسیم که جرئت ورزی را به دانش آموزان بیاموزیم تا با استفاده از آن، از اشتباهاتشان یاد بگیرند.

بخش دوم: شواهدی برای نمایان کردن اقدامات خود و اثر آن اقدامات

در طی بررسی ها و مشاهداتی که در مدرسه دخترانه برزین، مقطع متوسطه دوم واقع در شهر همدان انجام شد، به این نتیجه رسیدیم که یکی از بیشترین اشتباهاتی که دانش آموزان این مدرسه با آن درگیر هستند، ارتباط با جنس مخالف می باشد که در همه موارد، حتی در افرادی که همچنان در رابطه به سر می برند، بعد از گذشت مدت زمانی پشیمانی به بار آورده است ؛ اما افراد به دلایل متعدد از اشتباه خود درس نگرفتهو از آن رها نمیشوند، بلکه یا آن را مجددا تکرار می کنند و یا اینکه به دلیل شکست، به پیامد های ناگواری دچار شده و تلاشی برای بهبود اوضاع نمی کنند. از آنجا که مشاور مدرسه دانش آموزان را می شناسد، یکی از کلاس هایی که دانش آموزان آن بیشترین درگیری را با این مسئله دارند انتخاب شد تا با به کارگیری راهکار هایی، از شدت آن کاسته شده و همچنین به افراد کمک کند تا از اشتباه خود عبرت گرفته و نه تنها آن را تکرار نکنند، بلکه دوستان خود را نیز از این کار منع و از آسیب دیدن آن ها جلوگیری کنند. کلاس مورد نظر پایه یازدهم است و به رشته ریاضی تعلق دارد ؛ تعداد دانش آموزان آن نیز ۲۵ نفر است که بیش از ۱۰ نفر از دانش آموزان درگیر ارتباط با جنس مخالف بوده و برخی نیز هستند. بعضی از افراد، بعد از شکست در یک رابطه وارد رابطه دیگری نشده اند اما این موضوع و همچنین نداشتن مهارت جرئت ورزی، به شدت باعث افت تحصیلی، کاهش اعتماد به نفس، اضطراب و همچنین وقوع افسردگی در آن ها شده است. برخی دیگر نیز بعد از شکست در یک رابطه، به این موضوع و آسیب های حاصل شده توجهی نداشته و معمولا به دلیل غرور نوجوانی و علاقه به نشان دادن خود به عنوان فردی آسیب ناپذیر، به صورت کورکورانه و گاهی نیز به دنبال محبتی زودگذر، وارد رابطه ای دیگر می شوند که این موضوع، خود آسیب های شدید تر بعدی را به دنبال خواهد داشت. در نتیجه و برای آموختن مهارت جرئت ورزی به دانش آموزان در راستای یادگیری از اشتباهاتشان، این کلاس انتخاب شد تا به آنان در این زمینه یاری رسانده شده و دانش کافی همراه با عمل را در این امر به دست آورند.

بخش سوم: برای رفع مشکل/ارتقا موقعیت/بهبود شرایط چه اقدامات پژوهشی انجام دادید؟ (ارائه راه حل های احتمالی و اجرای آن)

بعد از مشخص شدن گروه هدف و موضوع مورد نظر، به بررسی عوامل و نتایج این امر پرداخته شد. به جهت تجزیه و تحلیل دلایل گرایش به ارتباط با جنس مخالف، اقدام به بررسی صحبت های برخی از دانش آموزان که پس از شکست در رابطه و یا پشیمانی از آن به مشاور مراجعه کرده بودند، شد. برخی از دلایلی که خود این افراد برای گرایش به این کار ذکر می کردند و یا از صحبت‌های آن استنتاج می شد عبارتند از:

۱. تجربه جدید
۲. احساس خوشایند نسبت به کلمات محبت آمیز از سوی جنس مخالف
۳. ثابت کردن بزرگی خود به دیگران
۴. کمبود محبت از سوی خانواده به ویژه پدر
۵. فضای متشنج خانه و عدم تمایل به بازگشت به خانه
۶. نبود نظارت کافی از سمت والدین
۷. اعتماد به نفس پایین فرد
۸. فشارهای محیطی و دوستان
۹. عدم برخورداری از مهارت جرئت ورزی در جهت مقابله با این موارد و یا جبران اشتباه قبلی خود

نتایج پژوهش موسی علی و سالاری (۱۳۹۴) نیز نشان می‌دهد که دوستان در گرایش به رابطه با جنس مخالف بسیار تاثیرگذار هستند و خانواده وظیفه بسیار حساسی دارد که باید با آگاهی کامل از آنها، از رواج این معضل در اجتماع جلوگیری کند.

همچنین در تحقیق پدیدارشناسانه امیری و همکاران (۱۳۹۹) برخی از دلایل گرایش به جنس مخالف ذکر شد که خلاء عاطفی ، ویژگی های شخصیتی و همچنین فشارهای محیطی و دوستان از آن جمله اند. در جهت بررسی میدانی بیشتر و دقیق تر، جلسه‌ای با والدین دانش آموزان این کلاس برگزار شد و با آنان به صورت غیر مستقیم در این باره صحبت شد. نتایج به دست آمده در این موضوع خانواده ها را به سه دسته تقسیم می کرد ۱. خانواده هایی که با ارتباط فرزند خود با جنس مخالف مشکلی نداشته و آن را امری جدایی‌ناپذیر از دنیای امروز می دانستند. ۲. خانواده هایی که درباره این موضوع تاکنون فکر کرده و نظر خاصی نداشتند. ۳. خانواده هایی که با این موضوع مخالفت بودند. در این جلسه همچنین به بیان ویژگی های دوران نوجوانی و آسیب های ارتباط با جنس مخالف پرداخته و از خانواده ها خواسته شد تا مراقب فرزندان خود باشند ؛ ارتباطی صمیمانه داشته و آنها را درک کنند و در عین حال به آنان اعتماد به نفس داده و محبت بی قید و شرط داشته و همچنین در آموزش مهارت جرئت ورزی به فرزندان خود با کادر مدرسه همکاری کنند. به جهت ادامه ارتباط با والدین نیز گروهی در پیام رسان شاد تاسیس شد تا اقدامات و نکات بعدی به اطلاع آنان رسانده شود.

بخش چهارم: بیان نتایج حاصل از شواهد و تبیین ملاک اثربخشی شواهد

در جهت آموزش مهارت جرئت ورزی و درس گرفتن از اشتباهات توسط دانش آموزان و همچنین رفع یا کاهش عوامل محرک ارتباط با جنس مخالف، مثل اعتماد به نفس پایین و مواردی از این قبیل راهکارهایی به نظر می‌رسد که برخی از آنها به شرح زیر است:

۱. نشان دادن و بیان عواقب ادامه مسیر اشتباه به افراد

۲. آموزش و تعریف مهارت جرئت ورزی به افراد و همچنین ذکر تفاوت آن با گستاخی و بی ادبی

۳. سپردن مسئولیت به دانش آموزان و توجه به آنان در جهت افزایش اعتماد به نفس و شکوفایی استعداد هایشان

۴. استفاده از مهارت جرئت ورزی در قالب تئاتر

۵. استفاده از تجربیات خود دانش آموز در زمان هایی که از این مهارت استفاده کرده و بیان حس خوشایند پس از آن

۶. القای حس همدلی به دانش آموزان و درک کردن آنها

سعی بر این شد تا از راه حل های ارائه شده نهایت استفاده را برده و به صورت ترکیبی به کار گرفته شوند تا بر اثر تکرار و مرور و همچنین درک نتایج مثبت آن، به آنها متمایل شده، به صورت داوطلبانه نکات بیان شده را در زندگی خود به کار گیرند و بعد از مدتی درباره نتایج آن با مشاوره مدرسه صحبت کنند. برای اجرای راهکارهای پیشنهاد شده، در ابتدا به جهت آشنایی دانش آموزان با مهارت جرئت ورزی در هر روز مدت زمان محدودی مشخص شد تا درباره آن با دانش آموزان صحبت شده و آشنایی اولیه صورت گیرد و همچنین با ذکر مثال هایی از تجربیات افراد، تفاوت آن با گستاخی و بی ادبی مشخص گردد. در ادامه، روند بحث به سمت ارتباط با جنس مخالف کشیده شد، با این مهارت مرتبط گشته و بیان شد که گاهی این ارتباط بر اثر تفریط و کمبود این مهارت و عدم توانایی مقابله با درخواست های نابجا است و گاهی نیز بر اثر افراط در جرئت ورزی و میل به تجربه های جدید به هر قیمتی رخ می‌دهد. سپس در روزهای بعدی، با دانش آموزان درباره این موضوع بحث و از آنان خواسته شد تا نتایج حاصل از این ارتباط را که به ذهن آنها می‌رسد بیان کنند. مشاور نیز در امتداد صحبت های دانش آموزان، آسیب‌های این ارتباط را پررنگ تر کرده، توجه آنان را به این موارد جلب و سعی بر تفکر دانش آموزان در این موضوع داشت. همچنین در بین صحبت ها، مشاور با آنان همدلی کرده و برخورد مقابله ای و دستوری با آنان نداشت؛ بلکه دانش آموزان، دغدغه ها و ویژگی های خاص سن آنان را درک کرده و به زبان خود آنها با آنها صحبت می کرد. مشاور مدرسه در طی صحبت ها، برای دانش آموزان عنوان کرد که انسان ها افرادی ممکن الخطا هستند و اشتباه ممکن است از هرکسی رخ دهد ؛ اما آنچه که اهمیت دارد این است که در هنگام تصمیم گیری، با

افرادی که در زمینه مرتبط با تصمیم ما تجربه دارند مشورت کنیم، تا بتوانیم درصد وقوع اشتباهات را کاهش دهیم. اگر متوجه اشتباه خود شدیم برآن پافشاری نکنیم و با کمک فردی راهنما سعی بر جبران کرده و از تکرار آن نیز جلوگیری کنیم ؛ چرا که گاهی اشتباهاتی رخ می‌دهد که جبرانی برای آن وجود ندارد و تنها می توان از آن برای آینده عبرت گرفت. کادر مدرسه نیز برخی مسئولیت ها مثل نماینده آموزشی و پرورشی، همیار معلم، انتظامات و. . . را به دانش‌آموزان سپردند و در اداره بهتر مدرسه از آنان کمک گرفتند. علاوه بر همه این موارد، به دانش‌آموزان توصیه شد تا درباره علایق و استعدادهای خود فکر کنند، آنچه به آن تمایل دارند را انتخاب کرده و سعی کنند در آن زمینه پیشرفت کنند. به طور کلی در این مرحله، بیشترین تمرکز بر توضیح موضوع، دعوت بر تفکر توسط دانش آموزان و همچنین بحث و گفت و گو در این زمینه بود. علاوه بر دانش آموزان، این مهارت به صورت مجازی به والدین نیز آموزش داده شد و از آن ها خواسته شد تا برای فرزندان خود موقعیت‌هایی را ترسیم و او را به استفاده از مهارت آموخته شده به صورت غیرمستقیم ترغیب کنند و حتی خود نیز به آن پایبند باشند.

بخش پنجم: بیان و اثبات، عادلانه بودن قضاوت خود (اثبات ادعای تاثیرگذاری در رفع مشکل/ ارتقا موقعیت/ بهبود شرایط)

بعد از اجرای راهکارهای گفته شده ، مشاهده شد که دانش‌آموزان در کنار درس از صحبت کردن درباره این قبیل مسائل زندگی و مهارت های مورد نیاز از جمله مهارت جرئت ورزی لذت می‌برند، با اشتیاق در بحث ها همکاری کرده و به یادگیری علاقه مند هستند. مشاور بعد از ارائه توضیحات و بحث و همفکری با دانش آموزان، از آنان می خواست تا در روزهای آینده از تجارب خود در ارتباط با این موضوع و استفاده از این مهارت در موقعیت های مختلف زندگی صحبت کنند. سپردن اداره برخی امور مدرسه به دانش آموزان نیز برای آنان بسیار لذت بخش بود و به نوجوانی که به دنبال استقلال و رهبری می گردد، حس بسیار خوبی را منتقل می کرد. بعد از مدتی، خود دانش آموزان برای صحبت کردن با مشاور درباره مسائل مختلفی که با آن مواجه هستند، از جمله ارتباط با جنس مخالف داوطلب

شدند و با مراجعه به اتاق مشاوره از ایشان می خواستند تـا آنـان را در اسـتفاده از مهـارت جرئت ورزی و انجام کار درست راهنمایی نمایند.

بخش ششم: کار خود را چگونه اصلاح کردید ؟

۱. تاثیر پژوهش برکار خود و جایگاه معلمی شما

۲. آیا در پژوهش بعدی همین پژوهش را ادامه می دهید یا موضوع را تغییر خواهید داد ؟

بعد از گذشت مدت زمانی مشخص، ابتدا از والدین دانش آموزان در این باره بازخورد گرفته شد ؛ اکثریت افراد از موضوعات مطرح شده رضایت داشتند ؛ مشتاق ادامه این رونـد بـوده و حتی موضوعاتی را نیز برای بحث های بعدی پیشـنهاد مـی کردنـد. همچنـین از وضـعیت فرزندان خود نیز نسبت به گذشته راضی بودند و تغییرات ایجاد شـده در آنهـا را ملمـوس و مثبت می دانستند.

کادر مدرسه نیز که برخی امور را به دانش آموزان علاقه مند به انجام کار سـپرده بودنـد، از سویی با کمتر شدن مقداری از فشار کاری خود مواجه بودند و از سـویی دیگـر نیـز، دانـش آموزان از انجام کار ها اعتماد به نفس گرفته و احساس بزرگ بودن ارزشمندی می کردنـد. انجام این گونه امور، در بالا بردن اعتماد به نفس آنها و همچنین ثبـات قـدم آنهـا در برابـر درخواست های نابجا بسیار تاثیر گذار بود ؛ البته بین افراد کسانی نیـز بودنـد کـه در ابتـدا دچار اشتباه در انجام مسئولیت خود می‌شدند، اما با راهنمایی مسئول مربوطه بـه مـرور بـر وظیفه خود مسلط شدند که همین روند نیز باعـث یـاد گـرفتن آنهـا از اشـتباهات خـود و همچنین تجربیات سایرین شد تا از اشتباهات آینده جلوگیری شود.

در بین دانش‌آموزانی نیز که بـه دلایـل مختلـف، درگیـر رابطـه بـا جـنس مخـالف بودنـد، بـه مـرور و بـا افـزایش اعتمـاد بـه نفـس و جرئـت ورزی آنـان و همچنـین همکـاری خانواده هـا، از ایـن ارتباطـات نامناسـب بیـرون آمـده و سـعی کردنـد تـا عوامـل محـرک آن بر انجام این کار را حـذف کـرده و یـا تـا حـد امکـان کـاهش دهنـد. افـرادی کـه ایـن

رابطه را به اجبار تحمل کرده بودند، بعد از تمام شدن آن احساس رضایت و آرامش داشتند و در صحبت های گروهی که مشاور در کلاس انجام میداد، به صورت غیرمستقیم آسیب‌های آن دوره را تایید کرده و از احساس خوب و آرامش بعد از آن صحبت می کردند. خانواده ها نیز از این که فرزندانشان از این آسیب رها شده‌اند خوشحال بودند و آن دسته از والدین که در ابتدا با این ارتباط مشکلی نداشته و حساسیت و آسیبی را متوجه فرزند خود احساس نمی‌کردند، به مرور و با تفکر بیشتر نسبت به این موضوع، به آن آگاه شده و سعی در اصلاح روند زندگی خود داشتند.

نتیجه گیری

با توجه به موارد ذکر شده، مشخص شد که آموزش مهارت جرئت ورزی در بالابردن اعتماد به نفس افراد تاثیر بسزایی داشته و با بالا رفتن اعتماد به نفس، شاهد رشد و پیشرفت فعالیت های دانش آموزان و همچنین بیشتر شدن رغبت و شوق آنان به جهت مشارکت در مدرسه خواهیم بود. همچنین افراد، احساس ارزشمندی و شخصیت بیشتری خواهند کرد و در نتیجه از گرفتار کردن خود در مسائل مختلف مانند ارتباط با جنس مخالف که برای ثابت کردن خود، لذت های زودگذر و همچنین ابراز محبت - هرچند پوچ و توخالی است- جلوگیری کرده و خود مانع آسیب های بعدی خواهند شد. به علاوه، این مهارت به افراد توانایی نه گفتن به درخواست های نابجا را خواهد داد و از اینکه به دلیل عدم اعتماد به نفس به هر درخواستی پاسخ مثبت بدهند بازداری خواهدکرد. افراد در زندگی خود از اشتباهات ناگزیر هستند ؛ تنها می‌توان با آموزش مهارت های مورد نیاز از اشتباهات زیاد و فاحش جلوگیری کرده و همچنین به افراد کمک کنیم تا از اشتباهات و مشکلاتشان یاد بگیرند تا از وقوع دوباره آن پیشگیری کنند و بتوانند پاسخ مناسب را در زمان مناسب بدهند. آموزش این مهارت ها همچنین به افراد احساس ارزشمندی و مفید بودن القا خواهد کرد که خود این امر نیز در روحیه و

بازدهی افراد بسیار موثر است. در انتها پیشنهاد می‌شود تا مدارس مهارت های مورد نیاز و مفیدی مثل مهارت جرئت ورزی، حل مسئله و. . . را به دانش آموزان خود آموزش دهند تا افراد بتوانند از آموخته هایشان به صورت عملی و همچنین در جهت پیشگیری و کاهش اشتباهات خود استفاده کنند تو همچنین به مرور،د با نسلی توانمند و موفق روبرو باشیم که از اشتباهات خود درس می گیرند و در جهت پیشرفت و جبران آن بر می آیند.

منابع و مآخذ

۱. رحیمی، ج. ، و حقیقی، ج. ، و مهرابی زاده هنرمند، م. ، و بشلیده، ک. (۱۳۸۵). بررسی تاثیر آموزش جرات ورزی بر مهارتهای اجتماعی, اضطراب اجتماعی و ابراز وجود در دانش آموزان پسر سال اول مقطع متوسطه. مجله علوم تربیتی و روانشناسی, ۱۳(۱ (ویژه روانشناسی)), ۱۱۱-۱۲۴.

۲. محامد، رحیم ۱۳۷۸. (مقایسه دانش آموزان آزاررسان، آزارپذیر و عادی، از لحاظ ابراز وجود، عملکرد تحصیلی و پرخاشگری پدران آنها در مدارس راهنمایی پسرانه شهرستان بهبهان، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز.

۳. یعقوبی، حمید (۱۳۷۷. (تأثیر جرأت به آموزی روش » گروهی ایفای » نقش بر مهارتهای اجتماعی دانش آموزان مقطع متوسطه شهرستان. تفرش پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه علامه طباطبائی.

۴. امیری, مسلم, حبیبی کلیبر, رامین, فرید, ابوالفضل. (۱۳۹۹). مطالعه پدیدارشناسانه دلایل گرایش به ارتباط با جنس مخالف قبل از ازدواج. فصلنامه علمی- پژوهشی زن و جامعه, ۱۱(۴۴), ۱-۳۰.

۵. موسی علی، مهسا. سالاری، پروین. تاثیر کانون خانواده و دوستان بر گرایش فرد به ارتباط با جنس مخالف. (۱۳۹۴). دومین کنفرانس بین المللی روانشناسی، علوم تربیتی و سبک زندگی