

رویکرد خودحمایتی: روشی برای سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی

□ **فرزانه بهزادی***، دانشجوی دکتری، گروه روان‌شناسی و آموزش افراد با نیازهای خاص، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران

□ **قاسم نوروزی**، دانشیار، گروه روان‌شناسی و آموزش افراد با نیازهای خاص، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران

• صفحات ۹ - ۱۷

• نوع مقاله: مروری

• تاریخ انتشار: بهمن و اسفند ۱۴۰۳

• تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۰۱/۰۴

چکیده

زمینه و هدف: رویکرد خودحمایتی، رویکردی است که فرد با قرار گرفتن در گروه‌های مبتنی بر خودحمایتی، توانایی دفاع از حقوق خود را کسب می‌کند و به سازگاری اجتماعی دست می‌یابد. بررسی رویکردهای خودحمایتی برای افزایش سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی از اهمیت خاصی برخوردار است. این پژوهش با هدف رویکرد خودحمایتی، روشی برای سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی انجام شد.

روش: پژوهش حاضر توصیفی و از نوع مروری بود. برای جمع‌آوری اطلاعات از مقاله‌ها، پایان‌نامه‌ها و کتاب‌های موجود در پایگاه‌های علمی معتبر از سال ۱۹۹۰ تا ۲۰۲۳ استفاده شد.

یافته‌ها: نتایج پژوهش حاضر نشان داد که با توجه به اینکه انسان‌ها شایسته برخورداری از توانایی دفاع از حقوق خود و سازگاری اجتماعی هستند. رویکرد خودحمایتی نوعی راهبرد مهم برای حمایت از دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی به منظور افزایش سازگاری اجتماعی می‌باشد.

نتیجه‌گیری: رویکرد خودحمایتی برای دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی باید به عنوان یک سیستم حمایتی اساسی در جامعه جهت توانمندسازی و تقویت سازگاری اجتماعی به اجرا درآید. بنابراین، باید برای دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی نوعی گروه‌های خودحمایتی در سطح جامعه تشکیل شود.

واژه‌های کلیدی: حقوق فردی، خودحمایتی، دانش‌آموزان، سازگاری اجتماعی، کم‌توانی ذهنی

* Email: farzaneh.behzadi1994@yahoo.com

مقدمه

سازگاری اجتماعی بر این امر تکیه دارد که فرد با ارزش و هنجارهای جامعه هماهنگ می شود و نیازهای خود را برآورده می سازد (۱) در واقع، افراد با تعاملات اجتماعی و پذیرش مسئولیت اجتماعی به رشد اجتماعی و بقای خود کمک می کنند (۲). مطالعات نشان می دهد که دوره کودکی برای رشد سازگاری اجتماعی، دوران مهمی است؛ به طوری که این سازگاری اجتماعی اولیه، زمینه ساز پیشرفت تحصیلی و رشد روانی اجتماعی بویژه سازگاری اجتماعی در دوره نوجوانی می شود (۳). افراد با کم توانی ذهنی^۱ که محدودیت معنادار در کارکرد های هوشی و رفتارهای سازشی دارند که این محدودیت ها تا قبل از ۱۸ سالگی بروز می یابند (۴) و مشکلات متعددی از قبیل مشکلات مربوط به سازگاری اجتماعی^۲ را دارند (۵ و ۶). مشکل سازگاری اجتماعی منجر به اضطراب، استرس، افسردگی، شکایات جسمانی^۳، شکست های اجتماعی، طرد شدن از سوی همسالان و محدودیت در اشتغال می شود (۷ و ۸). بدین ترتیب؛ مشکل سازگاری اجتماعی در دانش آموزان با کم توانی ذهنی باعث انزوای اجتماعی آنها می گردد؛ به گونه ای که احساس تنهایی می کنند و نسبت به روابط خود رضایت ندارند (۹). بعلاوه سازگاری اجتماعی نوعی رفتاری مبتنی بر هدف است. به عبارتی، هدف به آنها توانایی بازشناسی، تشخیص، تعیین اولویت ها و برنامه ریزی را می دهد (۱۰) اما دانش آموزان با کم توانی ذهنی به دلیل نداشتن اهداف مشخص دچار شکست در سازگاری اجتماعی می شوند. شکست های متوالی بتدریج نگرش خانواده و جامعه را نسبت به آنها منفی و مشکلات مربوط به سازگاری اجتماعی را دوچندان می سازد (۱۱). از سوی دیگر، علاوه بر بروز مشکل در روابط اجتماعی منجر به انحراف های اجتماعی، اخلاقی و افول ارزش های فرهنگی در فرد می شود (۱۲). دانش آموزان کم توان ذهنی بدین ترتیب قادر نیستند بین خود و محیط اجتماعی ارتباط درستی برقرار کنند و به نیازها و انگیزه های خود پاسخ دهند (۱۳). استقلال، یکی دیگر از مؤلفه های سازگاری اجتماعی است که دانش آموزان با کم توانی ذهنی در آن دچار مشکل هستند؛ به همین جهت آنها به دیگران متکی می شوند (۱۴) همچنین مشکلات سازگاری اجتماعی آنان مانع

روش

آینده نگر، تصمیم گیری، حفظ اعتدال و میانه روی در امور زندگی می شود (۱۵) ضعف در مهارت های اجتماعی، مسئله ی مهم دیگری در ارتباط با مشکلات سازگاری اجتماعی دانش آموزان با کم توانی ذهنی می باشد به طوری که فرد در برقراری روابط متقابل، واکنش مثبت، اجتناب از رفتارهای نامناسب با مشکل مواجهه است چرا که وی قادر به تشخیص خصوصیات و احساسات خویش، خودکنترلی و تشخیص خصوصیات جمعی، ارتباط گیری، گوش دادن، همدردی با دیگران نیست (۱۶). بر این اساس، بدیهی است که مشکلات سازگاری اجتماعی با کم توانی ذهنی سبب اختلال در زندگی روزمره و آینده، ارتباطات اجتماعی، عملکرد تحصیلی و اشتغال می شود (۱۷). بنابراین، مطالعه حاضر به دنبال بررسی رویکرد خودحمایتی^۴ است. رویکردی که با تشکیل گروه های خودحمایتی به نظر می رسد؛ موجب شکل گیری نگرش های مثبت در جامعه می گردد (۱۸ و ۱۹). بررسی ها نشان می دهد که گروه های خودحمایتی موجب برقراری ارتباط، دفاع از حقوق و مشارکت افراد می شوند (۲۰ و ۲۱) و از این طریق به بهبود کیفیت زندگی افراد در آینده کمک می کنند (۲۲). بر همین اساس، این مطالعه به دنبال بررسی رویکرد خودحمایتی می باشد تا با ایجاد گروه های خودحمایتی موجب بهبود سازگاری اجتماعی دانش آموزان با کم توانی ذهنی شوند. به همین جهت، گروه های خودحمایتی برای آنان بسیار مهم و ضروری است (۲۳).

پژوهش حاضر از نوع مروری نظام مند و روش آن مبتنی بر گردآوری، طبقه بندی و خلاصه کردن یافته های منابع علمی مختلف از جمله مقاله ها، کتاب های مرتبط با موضوع پژوهش در بازه زمانی سال های ۲۰۰۰ تا ۲۰۲۳ بود. این منابع از طریق جستجو در پایگاه های اطلاعاتی مانند گوگل اسکالر^۵، الزویر^۶، اسپرینگر^۷، پروکواست^۸، اریک^۹، ایبوکی^{۱۰} و با کلید واژه های مرتبط یافت شدند. واژه های کلیدی شامل دانش آموزان، سازگاری اجتماعی، خودحمایتی، خودکلی، دفاع از خود و افراد با کم توانی ذهنی بودند. ملاک های ورود به پژوهش شامل معتبر بودن منابع، قابل دسترس بودن و قرار گرفتن سال چاپ آنها در فاصله زمانی ۱۹۹۰ تا ۲۰۲۳ بود.

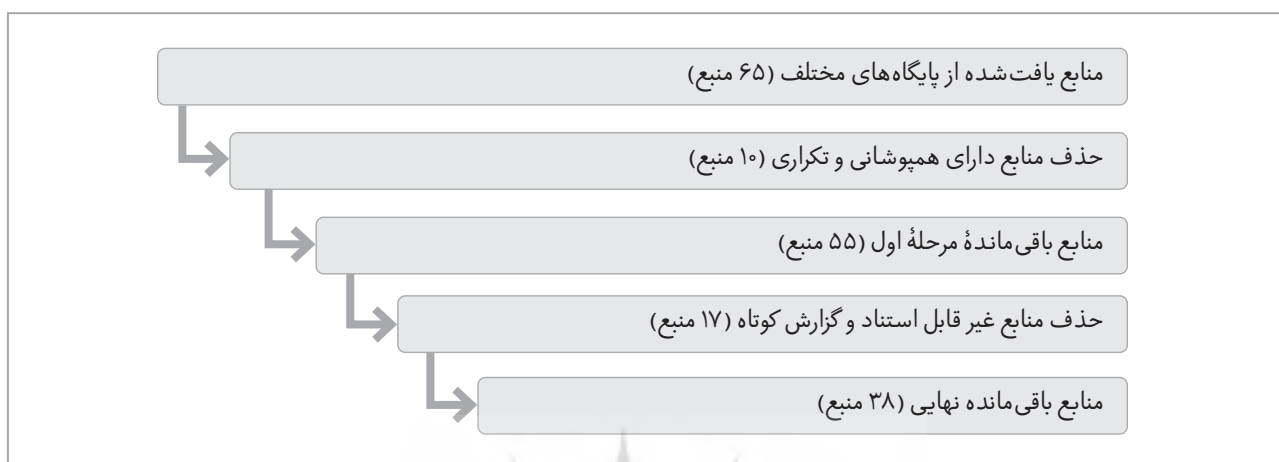
1. Intellectual disabilities
2. Social adjustment
3. Somatic complaints
4. Self-advocacy approach
5. Google Scholar

6. Elsevier
7. Springer
8. Proquest
9. Eric
10. Ebookee

که فقط چکیده آنها در دسترس بود، استفاده نشد. برای شناسایی منابع از فلوچارت انتخاب منبع استفاده شد که در شکل (۱) آمده است.

ملاک های خروج از پژوهش شامل منابع تکراری، منابع دارای روش شناسی یا تحلیل نامشخص و منابع به شکل گزارش موردی و نامه به سردبیر بودند. علاوه بر این، از منابعی

شکل (۱) فلوچارت انتخاب منابع



مقاله، پایان نامه یا کتاب یافت شد که ۳۵ مورد آن، ملاک های ورود به پژوهش را داشتند. درضمن، جهت بررسی کیفیت مقالات توصیفی از بازینه (فهرست کانسورت) استفاده شد (۲۴). پژوهش های مرور شده درباره موضوع پژوهش براساس شماره منبع آنها در جدول (۱) آورده شده است.

برای تعیین مرتبط بودن هر منبع نیز از ۳ مرحله بررسی عنوان، مطالعه چکیده یا خلاصه و مطالعه کلی فهرست مطالب یا متن استفاده شد. این کار توسط ۲ نفر از متخصصان روان شناسی و آموزش افراد با نیازهای ویژه که حداقل ۵ سال سابقه کار داشتند، انجام گرفت. براساس جستجوهای انجام شده، ۶۳

جدول (۱) پژوهش های استفاده شده و نتایج آنها براساس شماره منبع

ردیف	نویسندگان (سال)	نتایج هر پژوهش
۱	هو و همکاران (۲۰۱۹)	افرادی که تعارض عاطفی کمتری دارند؛ میزان سازگاری اجتماعی بالاتری دارند.
۲	کاؤل (۱۹۹۰)	سازگاری اجتماعی، عملکرد اجتماعی و مهارت های اجتماعی اجزای تشکیل دهنده مدل شایستگی اجتماعی می باشند.
۳	بورنشتاین (۲۰۱۰)	کودکی و نوجوانی، دوران مهمی برای شایستگی اجتماعی و سازگاری رفتاری می باشد به طوری که بسیاری از آسیب های رشدی و روانی ناشی از آسیب در این دوران است.
۴	انجمن روان پزشکی آمریکا (۲۰۱۳)	براساس پنجمین راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی، افراد با کم توانی ذهنی محدودیت معنادار در کارکردهای هوشی و رفتارهای سازشی دارند و این محدودیت ها تا قبل از ۱۸ سالگی بروز می یابند.
۵	نادرگروسوایس (۲۰۱۳)	افراد با کم توانی ذهنی مشکلات سازگاری اجتماعی دارند.
۶	جیکوبز و همکاران (۲۰۱۹)	رفتارهای والدین بر سازگاری اجتماعی دانش آموزان با کم توانی ذهنی تأثیر دارد.
۷	بهاراتی (۲۰۱۲)	دانش آموزان با کم توانی ذهنی آموزش پذیر نسبت به افراد عادی چالش ها و مشکلات بیشتری بویژه در زمینه سازگاری اجتماعی دارند.
۸	میشرا و همکاران (۲۰۲۳)	دانش آموزان با کم توانی ذهنی که مشکل سازگاری دارند؛ محدودیت هایی در استقلال و اشتغال دارند.

ردیف	نویسندگان (سال)	نتایج هر پژوهش
۹	فایس و همکاران (۲۰۱۲)	افراد با کم توانی ذهنی از نظر پذیرش اجتماعی ادراک شده، نظریه ذهن و سازگاری اجتماعی با چالش هایی مواجهه هستند و همین امر منجر به انزوای اجتماعی آنها می شود.
۱۰	زیمرم (۲۰۰۸)	سازگاری اجتماعی نوعی رفتار مبتنی بر هدف است. هدف باعث می شود که فرد توانایی بازشناسی، تشخیص، تعیین اولویت ها و برنامه ریزی را داشته باشد.
۱۱	صادقی (۱۳۹۰)	مشکلات سازگاری اجتماعی دانش آموزان با کم توان ذهنی موجب شکست های متوالی و افت تحصیلی می شود که همین امر منجر به نگرش منفی والدین و جامعه نسبت به آنها می شود.
۱۲	نیپهرا (۱۹۸۰)	مشکلات سازگاری کودکان با کم توانی ذهنی علاوه بر تأثیر منفی بر نگرش والدین، منجر به انحراف های اجتماعی، اخلاقی و افول ارزش های فرهنگی فرد نیز می شوند.
۱۳	راجو و همکاران (۲۰۰۷)	میزان انگیزه افراد با کم توانی ذهنی بسیار محدود است. از طرفی آنها قادر به پاسخگویی برخی نیازهای خود نیستند.
۱۴	دیمیتریادو و یوانا (۲۰۱۷)	محدودیت های هوشی و رفتار سازشی فرد کم توان ذهنی، استقلال، تعامل اجتماعی، عملکرد تحصیلی را تحت شعاع قرار می دهند؛ بدین جهت خانواده و مدرسه ۲ حامی اصلی وی هستند.
۱۵	باورین و همکاران (۲۰۱۳)	مشکلات سازگاری اجتماعی کودکان با کم توانی ذهنی مانع آینده نگری، تصمیم گیری، حفظ اعتدال و میانه روی در امور زندگی آنان می شود؛ بدین ترتیب با بازی های تعاملی می توان به تنظیم هیجان و تقویت مهارت اجتماعی آنان کمک نمود.
۱۶	کاشانی وحید (۱۳۹۷)	افراد با کم توانی ذهنی در تنظیم هیجانی دچار مشکل هستند؛ به گونه ای که خودکنترلی، گوش دادن و برقراری رابطه با دیگران را تحت تأثیر قرار می دهد؛ بدین جهت می توان با بازی رایانه ای مبتنی بر تنظیم هیجان به مهارت های اجتماعی آنان کمک نمود.
۱۷	لفرت و همکاران (۲۰۰۰)	دانش آموزان با کم توانی ذهنی دچار مشکل سازگاری اجتماعی هستند؛ بدین جهت آنان در امور روزمره، تصمیم گیری در مورد آینده، عملکرد تحصیلی و اشتغال دچار مشکل می شوند. در واقع، آموزش های مبتنی بر سازگاری اجتماعی می تواند به افزایش سازگاری اجتماعی کمک کند.
۱۸	چونگ و همکاران (۲۰۲۴)	رویکرد خودحمایتی با تشکیل گروه های خودحمایتی به نگرش مثبت افراد جامعه نسبت به دانش آموزان با کم توانی ذهنی کمک می کند.
۱۹	بیرت و همکاران (۲۰۰۴)	بررسی ها نشان می دهد که افراد با کم توانی ذهنی در گروه خودحمایتی به آن حس تعلق پیدا می کنند و توانایی دفاع از خود را کسب می کنند؛ اگرچه در برخی نظام ها مورد توجه قرار نگرفته است.
۲۰	فیشر و همکاران (۲۰۱۷)	گروه های خودحمایتی تأثیر مثبتی در راستای برقراری ارتباط، دفاع از حقوق و مشارکت افراد دارد.
۲۱	کلارک و همکاران (۲۰۱۵)	تجارب افراد با کم توانی ذهنی نشان می دهد که گروه های خودحمایتی موجب تقویت عزت نفس، سازگاری اجتماعی و دفاع از خود می شود.
۲۲	رایتر و لاپیدوتر-لفلر (۲۰۰۷)	دانش آموزان با کم توانی ذهنی باید مهارت های پیش نیاز سازگاری اجتماعی همچون مهارت های خودآگاهی، مهارت های زندگی، حل مسئله، روابط بین فردی و مهارت های شغلی را یاد بگیرند.
۲۳	اندرسون و بیگی (۲۰۱۷)	گروه های مبتنی بر رویکرد خودحمایتی به افراد با کم توانی ذهنی کمک می کنند تا مهارت های ارتباطی، اجتماعی و شغلی را کسب کنند و بدین ترتیب با افزایش اعتماد به نفس، هویت مثبت را در آنها ایجاد می کند.
۲۴	فون الم (۲۰۰۷)	نوعی دستور العمل تحت عنوان باز بین (کانسورت) خوانده می شود که به پژوهشگران کمک می کند تا مطالعات مشاهده ای را گزارش دهند.

ردیف	نویسندگان (سال)	نتایج هر پژوهش
۲۵	فرید من (۲۰۱۷)	خودحمایتی (دفاع از خود) به افراد با کم توانی ذهنی، قدرت تصمیم گیری، استقلال، دستیابی به اشتغال و هویتی متناسب با ارزش های فرهنگ، جامعه و سازگاری اجتماعی می دهد.
۲۶	میشرا و شریو استاوا (۲۰۲۳)	کودکان با کم توانی ذهنی دارای سطوح مختلف هوشی هستند که با در نظر گرفتن سطوح تحول و روش هایی همچون قصه گویی، نقش آفرینی، بازی، تصاویر به همراه تشویق های کلامی و فیزیکی می توان به سازگاری اجتماعی آنها کمک نمود.
۲۷	کالدول (۲۰۱۰)	با بررسی تجارب زیسته افراد با کم توانی ذهنی و سایر افراد با اختلالات تحولی می توان به عوامل تأثیرگذار بر رویکرد خودحمایتی (دفاع از خود) و بالا بردن کارایی آن پی برد.
۲۸	فراولی و بیگبی (۲۰۱۵)	افراد با کم توانی ذهنی در گروه های خودحمایتی، احساس تعلق اجتماعی را کسب می کنند؛ به طوری که ارتباطات خود را گسترده می کنند و شغل هدفمند به دست می آورند.
۲۹	پتری و همکاران (۲۰۲۱)	دولت باید حامی گروه های خودحمایتی باشد که برای توانمندسازی افراد با کم توانی ذهنی ایجاد می شود؛ زیرا معمولاً خانواده های آنها با مشکلات مالی همراه هستند و با تأمین هزینه از سوی سازمان های مرتبط، این گروه ها می توانند به راحتی خدمات ارائه دهند.
۳۰	فن واسکویر (۲۰۱۹)	خودحمایتی (دفاع از خود) تعریف واحدی ندارد اما به طور کلی بر مفاهیم دفاع از حقوق خود تأکید دارد. با قرار گرفتن فرد در گروه خودحمایتی اعتماد به نفس وی افزایش می یابد و تأثیرات مثبت روان شناختی و اجتماعی نیز مشهود می شود.
۳۱	مک اینتایر و همکاران (۲۰۰۶)	کودکان با کم توانی ذهنی نسبت به کودکان عادی در رابطه با خودتنظیمی هیجانی و سازگاری اجتماعی با چالش هایی مواجه هستند که با قرار گرفتن در گروه ها و آموزش مهارت های مورد نیاز می توانند به خودتنظیمی هیجان و سازگاری اجتماعی دست یابند.
۳۲	تیلی و همکاران (۲۰۲۰)	گروه های خودحمایتی با تقویت مهارت خودحمایتی موجب بهزیستی، سازگاری اجتماعی، بهبود روابط شغلی افراد با کم توانی ذهنی می شوند.
۳۳	استرنادووا (۲۰۱۸)	دانش آموزان با کم توانی ذهنی با قرار گرفتن در گروه به آن حس تعلق پیدا می کنند و با برقراری ارتباط با یکدیگر موجب تقویت هویت اجتماعی در آنها می شوند.
۳۴	گیلمارتین و اسلوین (۲۰۱۰)	تجارب زیسته افراد با کم توانی ذهنی نشان می دهد که آنها قادرند تجارب خود را در گروه خودحمایتی مطرح کنند و به راه های درست جهت تصمیم گیری دست یابند.
۳۵	پراستی (۲۰۱۶)	حمایت خانواده تأثیرات مثبتی بر کاهش استرس و افزایش سازگاری اجتماعی دانش آموزان با کم توانی ذهنی دارد.
۳۶	روسکوپیست و همکاران (۲۰۱۵)	خانواده ها نخستین حامی فرزند با نیاز ویژه هستند و فرزند خود را در گروه خودحمایتی قرار می دهند تا مورد حمایت همه جانبه قرار گیرد و قادر به دفاع از خود شود.
۳۷	روسکوپیست و همکاران (۲۰۱۵)	خانواده ها نخستین حامی فرزند با نیاز ویژه هستند و فرزند خود را در گروه خودحمایتی قرار می دهند تا مورد حمایت همه جانبه قرار گیرد و قادر به دفاع از خود شود.
۳۸	میچل (۱۹۹۷)	گروه های خودحمایتی با حمایت اعضای خود موجب می شوند؛ قدرت بیان خوبی داشته باشند، مهارت های مورد علاقه خود را یاد بگیرند و با اشتغال به استقلال مالی دست یابند. علاوه بر بالا بردن سازگاری اجتماعی، آنان را برای ورود به زندگی واقعی آماده می سازند.

در جدول (۱) منابع مورد استفاده براساس عنوان، نام نویسنده (گان)، سال انتشار و نتایج هر پژوهش گزارش شده است. در ادامه، یافته‌های پژوهش براساس منابع بررسی شده به صورت توصیفی گزارش شده است.

ارزیابی سازگاری اجتماعی در دانش آموزان با کم توانی ذهنی

با توجه به آنچه در بخش‌های فوق بیان گردید، ارزیابی دقیق میزان سازگاری اجتماعی و مشکلات مربوط به آن در دانش آموزان با کم توانی ذهنی بسیار مهم و حائز اهمیت است (۱۰ و ۳). به طور کلی برای تدوین گروه‌هایی مبتنی بر رویکرد خودحمایتی به عنوان راهبردی برای بهبود سازگاری اجتماعی دانش آموزان با کم توانی ذهنی باید به صورت یک فرآیند گروهی بین والدین، مربیان و روان‌شناسان و سایر مراقبان انجام شود (۲۵).

برای ارزیابی سازگاری اجتماعی در دانش آموزان با کم توانی ذهنی، باید موارد زیر مورد توجه قرار گیرد:

- درمانگران باید سطح تحول دانش آموزان با کم توانی ذهنی را در نظر بگیرند (۲۶).
 - ارزیابی با به کارگیری روش‌های گوناگونی همچون مشاهده مستقیم^۱، مصاحبه بالینی^۲، ابزارهای هنجاریابی شده دارای اعتبار و پایایی^۳ و گزارش والدین انجام گیرد (۲۷).
- با توجه به مشکلات و تفاوت‌های دانش آموزان با کم توانی ذهنی، استفاده از مقیاس‌های سنجش سازگاری اجتماعی دانش آموزان عادی توصیه نمی‌شود؛ به نظر می‌رسد باید ویژگی و شرایط منحصر به فرد کودک در نظر گرفته شود سپس روش مناسب برای ارزیابی در نظر گرفته شود (۲۶).

آموزش رویکرد خودحمایتی با تأکید بر سازگاری اجتماعی دانش آموزان با کم توانی ذهنی

رویکرد خودحمایتی در سال ۱۹۹۴ توسط ایالات متحده به رسمیت شناخته شد. افراد حامی این رویکرد معتقد بودند که افرادی همچون کم توانان ذهنی باید از خود و حقوق خود بتوانند دفاع کنند و مورد ظلم و ستم قرار نگیرند. علاوه تجارب زیسته نشان می‌دهد که آموزش‌های مبتنی بر مدرسه

و برنامه‌های درسی نمی‌تواند آنان را برای این امر آماده سازد (۲۷). به طوری که جامعه پس از پایان دوره تحصیلی، به خاطر خودپنداره منفی شخص ناشی از شکست‌های متوالی و محدودیت در ارتباطات اجتماعی، امکان مشارکت و اشتغال را به آنها نمی‌دهد و صرفاً به صورت فیزیکی در جامعه قرار دارند. اما گروه‌هایی که تحت عنوان رویکرد خودحمایتی ایجاد می‌شوند با آموزش نحوه صحبت کردن در شرایط مختلف، مهارت‌های خودیاری، ارتباطات اجتماعی، مهارت‌های شغلی به دانش آموزان با کم توانی ذهنی کمک می‌کنند (۲۸). بنابراین باید گروه‌های خودحمایتی جهت افزایش سازگاری اجتماعی کودکان با کم توانی ذهنی به وجود آید (۲۳).

نخستین گام این است که براساس قوانین مصوب حمایت از افراد با نیازهای ویژه، هر جامعه باید بودجه‌ای را برای تشکیل گروه‌های خودحمایتی افراد با کم توانی ذهنی اختصاص دهد؛ چون لازمه آن برآورده شدن سلسله مراتب نیازهای انسان (فیزیولوژیک، امنیت، عشق و تعلق، احترام به خود، خود شکوفایی)، هزینه‌های سفر، کارکنان پشتیبان و اشتغال می‌باشد (۲۹).

دومین گام این است که گروه خودحمایتی باید تعریف مناسبی از سازگاری اجتماعی داشته باشند؛ زیرا زندگی اجتماعی این امکان را به فرد می‌دهد که باورهای نوظهور در مورد خود را پیش بینی کند و با تعاملات مثبت درون گروهی به سازگاری اجتماعی دست یابد. بدین ترتیب باید اعضای گروه خودحمایتی ضرورت تشکیل گروه را دریابند و از این طریق به پذیرش اجتماعی دست یابند (۹).

سومین گام این است که اعضای گروه خودحمایتی با داشتن نگاه مثبت به یکدیگر در مورد احساسات و نظرات خود صحبت کنند. ضمن اینکه با رعایت اصولی مانند بیان صریح و آشکار، عدم قطع صحبت یکدیگر و احترام به همنوعان خود، احساس امنیت و آرامش در گروه برای آنها فراهم می‌شود؛ به گونه‌ای که احساس تعلق به گروه پیدا می‌کنند و سعی دارند با یکدیگر همکاری و مشارکت داشته باشند (۳۰) بدین ترتیب؛ گروه خودحمایتی با تأکید بر خودتنظیمی هیجان و تعاملات اجتماعی به بهبود سازگاری اجتماعی کودکان با کم توانی ذهنی کمک می‌کنند (۳۱).

چهارمین گام این است که تجربه‌های زیستی افراد با کم توانی ذهنی در گروه‌های خودحمایتی نشان می‌دهد که آنان باید

1. Direct observation
2. Clinical Interview

3. Validity&Reliability

مهارت‌های پایه‌ای فرد (گفتاری و حرکتی) را تقویت می‌کنند تا فرد با به‌کارگیری آنها به سازگاری اجتماعی و برآورده کردن نیازهای خود برسد (۳۸).

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از این پژوهش، بررسی رویکرد خودحمایتی با تأکید بر سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی بود. گروه‌های مبتنی بر رویکرد خودحمایتی برای دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی می‌توانند موجب سازگاری اجتماعی شوند (۲۳). به دلیل اهمیت و نقش گروه‌های خودحمایتی بر آن تأکید زیادی شده است (۱۸). اگرچه هنوز رویکرد خودحمایتی در برخی کشورها توسعه نیافته است، اما معرفی آن در جامعه به نفع بسیاری از افراد با کم‌توانی ذهنی است که امکان دارد، در برخی نظام‌ها نادیده گرفته شوند و یا مورد کم‌توجهی قرار گیرند (۱۹). تغییرات لازم در گروه‌های خودحمایتی شامل افزایش عزت نفس، بهبود مهارت‌های پایه گفتاری و حرکتی، برقراری ارتباط، تعاملات اجتماعی و توانایی برنامه‌ریزی، حل مسائل روزمره، مهارت‌های مورد علاقه شغلی می‌شود. متخصصان می‌توانند این موارد را به افراد با کم‌توانی ذهنی آموزش دهند تا میزان سازگاری خود را بالا ببرند و از حقوق خود دفاع کنند (۲۱). به نظر می‌رسد؛ سازگاری اجتماعی نقش مهمی در استقلال و اشتغال افراد با کم‌توانی ذهنی دارد. به همین دلیل، باید مهارت‌های مورد نیاز به منظور آماده‌سازی فراگیران برای ورود به دنیای واقعی در نظر گرفته شود (۸). گروه‌های خودحمایتی با تأکید بر سازگاری اجتماعی می‌توانند دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی را به سطح آمادگی برای دفاع از حقوق خود برساند. به هر حال، برنامه‌ریزی گروه‌های خودحمایتی باید گسترده باشد و تجربه‌های زیستی متعددی که به‌خوبی نظارت شده‌اند را نیز در بر گیرد.

در سال‌های اخیر، این مسئله مورد پذیرش بیشتر جوامع قرار گرفته و لازم است که مورد توجه بیشتری قرار گیرد. در این راستا، باید کشور ایران نیز به‌عنوان یک راهبرد اساسی در راستای افزایش سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی گام بردارد. علاوه‌براین، خانواده می‌تواند در زمینه قرار دادن فرزند خود در گروه‌های خودحمایتی بر افزایش سازگاری اجتماعی وی تأکید کند و در این خصوص حامی گروه‌های خودحمایتی شود و به متخصصان گروه اطلاعات دهد و از این طریق به آنان کمک نماید.

آموزش‌های لازم را برای ورود به جامعه و سازگاری اجتماعی ببینند (۳۲). بنابراین؛ گفتگوی آزادانه عزت نفس را در آنها ایجاد می‌کند و میزان اعتماد به نفس را در آنها بالا می‌برد و به هویت مستقل خود پی می‌برند و توانایی دفاع از حقوق خود را به‌دست می‌آورند. به عبارتی افراد در گروه خودحمایتی، برای یکدیگر داستان، لطیفه و خاطرات گروهی تعریف می‌کنند که موجب تقویت دوستی، حفظ احترام می‌شود (۳۳). آنها بتدریج دانش و مهارت‌های جدید متناسب با ویژگی‌های خود را کسب می‌کنند که موجب تغییرات مثبتی در خودپنداره فرد می‌شود (۳۲).

پنجمین گام تأکید بر تصمیم‌گیری در شرایط متفاوت دارد؛ به‌گونه‌ای که افراد تجربیات خود و چالش‌های متفاوتی اعم از خشم، تجاوز، ظلم، ترس‌های طولانی مدت، آزار و اذیت و بدرفتاری دیگران را مطرح می‌کنند و با راه حل‌های درست آشنا می‌شوند و قادر به تصمیم‌گیری و دفاع از خود هستند و به هدف نهایی یعنی سازگاری اجتماعی نزدیک می‌شوند (۳۴).

نقش والدین و مربیان در رویکرد حمایتی

والدین: والدین در سازگاری اجتماعی کودکان با کم‌توانی ذهنی نقش مهمی را ایفا می‌کنند (۳۵). بعلاوه آنان در رویکرد گروه‌های خودحمایتی نقش دارند (۳۶). به‌طور کلی خانواده بویژه مادران سبب افزایش تعاملات اجتماعی درون و برون گروهی و بهبود سازگاری اجتماعی فرزند کم‌توان ذهنی خود می‌شوند (۳۵). بنابراین وظیفه والدین این است که با حمایت فرزند خود و قرار گرفتن در گروه‌های خودحمایتی به آنان کمک کنند. در همین راستا؛ گزارش‌ها حاکی از آن است که این گروه‌ها با حمایت‌های همه‌جانبه اعضا، مورد استقبال خانواده‌ها قرار گرفتند؛ زیرا فرزندان آنها قادر به صحبت کردن و تصمیم‌گیری، اشتغال و استقلال می‌شدند و بدین ترتیب با افزایش سازگاری اجتماعی قادر خواهند بود؛ نیازهای خود و جامعه را برآورده سازند (۳۷).

مربیان: مربیان نیز نقش مهمی در رویکرد خودحمایتی برای افزایش سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی دارند. آنان قادر هستند که در گروه‌های خودحمایتی به اعضا کمک کنند تا توانمندی‌های لازم برای بالابردن سازگاری اجتماعی و برآورده کردن نیازهای خود را از قبیل اشتغال، استقلال و... به‌دست آورند. به‌طور کلی، مربیان برنامه‌هایی مبتنی بر اهداف گروه‌های خودحمایتی برای فرد تدوین می‌کنند؛ به‌گونه‌ای که

References

1. Hu Y. Y, Zhu J. C, Ge Y, Luo W. B, Liu T. T, Pu X. Differences in the emotional conflict task between individuals with high and low social adjustment: An ERP study. Plos one. 2019;14(6):13-1. [link]
2. Cavell T. A. Social adjustment, social performance, and social skills: A tri-component model of social competence. J Clin Child Adolesc Psychol. 1990; 19(2):122-111. [link]
3. Bornstein M. H, Hahn C. S, Haynes O. M. Social competence, externalizing, and internalizing behavioral adjustment from early childhood through early adolescence: Developmental cascades. Dev Psychopathol. 2010; 22(4): 735-717. [link]
4. A. P. A. Diagnostic and statistical manual of mental disorders. 4th ed. Washington, DC: American Psychiatric Association; 2000.p.70-6. [link]
5. Nader-Grosbois N, Houssa M, Mazzone S. How could Theory of Mind contribute to the differentiation of social adjustment profiles of children with externalizing behavior disorders and children with intellectual disabilities?. Res Dev Disabil. 2013; 34(9):2660-2642. [link]
6. Jacobs E, Mazzone S, Simon P, Nader-Grosbois N. The unforeseen influence of parents' socialization behaviors on the social adjustment of children with intellectual disabilities. Psychology. 2019; 10 (9):1301-1275 . [link]
7. Bharati R. Adjustment problems of educable mentally retarded. IJSRP. 2012; 2(6): 5-1. [link]
8. Hayden N. K, Hastings R. P, Bailey T. Behavioural adjustment of children with intellectual disability and their sibling is associated with their sibling relationship quality. JMDR. 2023; 67(4):322-310. [link]
9. Fiasse C, Nader-Grosbois N. Perceived social acceptance, theory of mind and social adjustment in children with intellectual disabilities. Res Dev Disabil. 2012; 33(6): 1880-1871. [link]
10. Zimmerman B. J. Investigating self-regulation and motivation: Historical background, methodological developments, and future prospects. Am Educ Res J. 2008; 45(1):183-166. [link]
11. Sadeqi Z. Investigating the relationship between parents' quality of life and social adjustment of mentally retarded children. Int J Med Inves. 2021;10(4):113-108. [Persian]. [link]
12. Nihira K, Meyers C. E, Mink I. T. Home environment, family adjustment, and the development of mentally retarded children. Res Dev Disabil. 1980; 1(1-2): 24-5. [link]
13. Raju M. V. R, Rahamtulla T. K. Adjustment problems among school students. JIAAP. 2007; 33(1): 79-73. [link]

به طور کلی؛ دانش آموزان با کم توانی ذهنی در سازگاری اجتماعی با موانع عمومی و اختصاصی مواجهه هستند و بدیهی است که محدودیت های آنان بیش از همسالان عادی می باشند ولی این دلیل نمی شود که بحث سازگاری اجتماعی و دفاع از حقوق آنان مورد بی توجهی قرار گیرد. پیشنهاد می شود در تدوین گروه های خودحمایتی (دفاع از حقوق خود) برای دانش آموزان با کم توانی ذهنی جهت افزایش سازگاری اجتماعی توجه بیشتری شود. تدوین گروه های خودحمایتی و آموزش های لازم جهت افزایش سازگاری اجتماعی نیازمند برنامه ریزی مفید و موثر است؛ بدین ترتیب باید سازمان های بهزیستی و آموزش و پرورش استثنایی به آن توجه نمایند. پیشنهاد دیگر اینکه باید دانش آموزان با کم توانی ذهنی برای دفاع از خود، اشتغال و استقلال مورد حمایت قرار گیرند. در نهایت اینکه، گروه های خودحمایتی مبتنی بر سازگاری اجتماعی در راستای حمایت از توانمندسازی و دفاع از حقوق خود، برای دانش آموزان با کم توانی ذهنی را می توان به عنوان پیشنهادی ارزشمند در نظر گرفت و این مسئله را با مشارکت مسئولان و متخصصان عملیاتی کرد.

تشکر و قدردانی

بدین وسیله از تمامی افرادی که در اجرای این پژوهش مشارکت داشتند، تشکر و قدردانی می شود.

تضاد منافع

در این مقاله هیچ تضاد یا تعارض منافی وجود ندارد.

14. Dimitriadou I, Kartasidou L. The role of support systems for the independence of individuals with intellectual disabilities. 2017; 24(3): 48-39. [link]
15. Baurain C, Nader-Grosbois N, Dionne C. Socio-emotional regulation in children with intellectual disability and typically developing children, and teachers' perceptions of their social adjustment. *Res Dev Disabil.* 2013; 34(9): 2787-2774. [link]
16. Kashani-Vahid L, Mohajeri M, Moradi H, Irani A, editors. "Effectiveness of Computer games of Emotion Regulation on Social skills of Children with Intellectual Disability. Proceedings of the 2th International Digital Games Research Conference; 2018 Nov 29-30, Iran, Tehran: autumn; 2018. [Persian]. [link]
17. Leffert J. S, Siperstein G. N, Millikan E. Understanding social adaptation in children with mental retardation: A social-cognitive perspective. *Except Child.* 2000 ; 66(4): 545-530. [link]
18. Chong K, Cheah K. J, Manokara V. Impact of self-advocacy program on persons with intellectual developmental disability. *Adv Neurodev Disord.* 2024; 8(1):63-42. [link]
19. Beart S, Hardy G, Buchan L. Changing selves: A grounded theory account of belonging to a self-advocacy group for people with intellectual disabilities 1. 2004; 17(2): 91-100. [link]
20. Fisher K. R, Purcal C. Policies to change attitudes to people with disabilities. *Scand J Disabil Res.* 2017; 19(2): 174-161. [link]
21. Clarke R, Camilleri K, Goding L. What's in it for me? The meaning of involvement in a self-advocacy group for six people with intellectual disabilities. *Glob J Intellect Dev Disabil.* 2015; 19(3): 250-230. [link]
22. Reiter S, Lapidot-Lefer N. Bullying among special education students with intellectual disabilities: Differences Intellectual in social adjustment and social skills. *Intellect Dev Disabil.* 2007; 45(3): 181-174. [link]
23. Anderson S, Bigby C. Self-advocacy as a means to positive identities for people with intellectual disability: 'We just help them, be them really'. *J Appl Res Intellect Disabil.* 2017; 30(1): 120-109. [link]
24. Hostiuc S, Negoii I, Hostiuc M. Markers of hyperglycemia in the vitreous humor. A systematic review and meta-analysis. *J Forensic Leg Med.* 2021; 83(10): 50-22. [link]
25. Friedman C. Self-advocacy services for people with intellectual and developmental disabilities: A national analysis. *Glob J Intellect Dev Disabil.* 2017; 55(6): 376-370. [link]
26. Reiter S, Lapidot-Lefer N. Bullying among special education students with intellectual disabilities: Differences in social adjustment and social skills. *Intellect Dev Disabil.* 2007; 45(3): 181-174. [link]
27. Caldwell J. Leadership development of individuals with developmental disabilities in the self-advocacy movement. *J Ment Health Res Intellect Disabil.* 2010; 54(11): 1014-1004. [link]
28. Frawley P, Bigby C. Reflections on being a first generation self-advocate: Belonging, social connections, and doing things that matter. *Int J Dev Disabil.* 2015; 40(3): 264 - 254. [link]
29. Petri G, Beadle-Brown J, Bradshaw J. Even a Self-Advocate Needs to Buy Milk'—Economic Barriers to Self-Advocacy in the Autism and Intellectual Disability Movement. *Scand J Disabil Res.* 2021; 23(1): 191-180. [link]
30. Fenn K, Scior K. The psychological and social impact of self-advocacy group membership on people with intellectual disabilities: A literature review. *J Appl Res Intellect Disabil.* 2019; 32(6): 1358- 1349. [link]
31. McIntyre L. L, Blacher J, Baker B. L. The transition to school: Adaptation in young children with and without intellectual disability. 2006; 50(5): 361- 349. [link]
32. Tilley E, Strnadová I, Danker J, Walmsley J, Loblinzk J. The impact of self-advocacy organizations on the subjective well-being of people with intellectual disabilities: A systematic review of the literature. *J Appl Res Intellect Disabil.* 2020; 33(6): 1165- 1151. [link]
33. Strnadová I, Johnson K, Walmsley J. "... but if you're afraid of things, how are you meant to belong?" What belonging means to people with intellectual disabilities?. *J Appl Res Intellect Disabil.* 2018; 31(6): 1102-1091. [link]
34. Gilmartin A, Slevin E. Being a member of a self-advocacy group: experiences of intellectually disabled people. *J Appl Res Intellect Disabil.* 2010; 38(3): 152-159. [link]
35. Prusty B. The stress and adjustment in the family of intellectually disabled children. In: *Handbook of Research on Diagnosing, editors. Treating, and Managing Intellectual Disabilities.* IGI Global; 2016. p. 108-82. [link]
36. Bertilsdotter Rosqvist H, Brownlow C, O'Dell L. 'An Association for All'—Notions of the Meaning of Autistic Self-Advocacy Politics within a Parent-Dominated Autistic Movement. *J Community Appl Soc Psychol.* 2015; 25(3): 231- 219. [link]
37. Daniels S. M. From parent-advocacy to self-advocacy: A problem of transition. *Remedial Spec Educ.* 1982; 3(2): 32- 25. [link]
38. Mitchell P. The impact of self-advocacy on families. *Int J Dev Disabil.* 1997; 12(1): 56- 43. [link]