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

● تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۰۱/۰۴ ● تاریخ انتشار: بهمن و اسفند ۱۴۰۳ ● نوع مقاله: مروری ● صفحات ۹ - ۱۷

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 جمع آوری اطلاعات از مقاله‌ها، پایان نامه‌ها 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 به‌منظور افزایش سازگاری اجتماعی می‌باشد.

نتیجه‌گیری: رویکرد خودحمایتی برای دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی باید به‌عنوان 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

[Downloaded from exceptionaleducation.ir on 2026-11-29]

مقدمه

سازگاری اجتماعی بر این امر تکیه دارد که فرد با ارزش و هنجارهای جامعه هماهنگ می‌شود و نیازهای خود را برآورده می‌سازد (۱) در واقع، افراد با تعاملات اجتماعی و پذیرش مسئولیت اجتماعی به رشد اجتماعی و بقای خود کمک می‌کنند (۲). مطالعات نشان می‌دهد که دورهٔ کودکی برای رشد سازگاری اجتماعی، دوران مهمی است؛ به‌طوری‌که این سازگاری اجتماعی اولیه، زمینه ساز پیشرفت تحصیلی و رشد روانی اجتماعی بویژه سازگاری اجتماعی در دوره نوجوانی می‌شود (۳). افراد با کم‌توانی ذهنی[1] که محدودیت معنادار در کارکرد های هوشی و رفتارهای سازشی دارند که این محدودیت‌ها تا قبل از ۱۸ سالگی بروز می‌یابند (۴) و مشکلات متعددی از قبیل مشکلات مربوط به سازگاری اجتماعی[2] را دارند (۵ و ۶). مشکل سازگاری اجتماعی منجر به اضطراب، استرس، افسردگی، شکایات جسمانی[3]، شکست‌های اجتماعی، طرد شدن از سوی همسالان و محدودیت در اشتغال می‌شود (۷و۸). بدین ترتیب؛ مشکل سازگاری اجتماعی در دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی باعث انزوای اجتماعی آنها می‌گردد؛ به‌گونه ای که احساس تنهایی می‌کنند و نسبت به روابط خود رضایت ندارند (۹). بعلاوه سازگاری اجتماعی نوعی رفتاری مبتنی بر هدف است. به‌عبارتی، هدف به آنها توانایی بازشناسی، تشخیص، تعیین اولویت‌ها و برنامه‌ریزی را می‌دهد (۱۰) اما دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی به‌دلیل نداشتن اهداف مشخص دچار شکست در سازگاری اجتماعی می‌شوند. شکست‌های متوالی بتدریج نگرش خانواده و جامعه را نسبت به آنها منفی و مشکلات مربوط به سازگاری اجتماعی را دوچندان می‌سازد (۱۱). از سوی دیگر، علاوه بر بروز مشکل در روابط اجتماعی منجر به انحراف‌های اجتماعی، اخلاقی و افول ارزش‌های فرهنگی در فرد می‌شود (۱۲). دانش‌آموزان کم‌توان ذهنی بدین ترتیب قادر نیستند بین خود و محیط اجتماعی ارتباط درستی برقرار کنند و به نیازها و انگیزه‌های خود پاسخ دهند (۱۳). استقلال، یکی دیگر از مؤلفه‌های سازگاری اجتماعی است که دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی در آن دچار مشکل هستند؛ به همین جهت آنها به دیگران متکی می‌شوند (۱۴) همچنین مشکلات سازگاری اجتماعی آنان مانع آینده‌نگری، تصمیم‌گیری، حفظ اعتدال و میانه‌روی در امور زندگی می‌شود (۱۵) ضعف در مهارت‌های اجتماعی، مسئله‌ی مهم دیگری در ارتباط با مشکلات سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی می‌باشد به‌طوری‌که 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، ارتباط‌گیری، گوش دادن، همدردی با دیگران نیست (۱۶). بر این اساس، بدیهی است که مشکلات سازگاری اجتماعی با کم‌توانی ذهنی سبب اختلال در زندگی روزمره و آینده، ارتباطات اجتماعی، عملکرد تحصیلی و اشتغال می‌شود (۱۷). بنابراین، مطالعه حاضر به‌دنبال بررسی رویکرد خودحمایتی[4] است. رویکردی که با تشکیل گروه‌های خودحمایتی به‌نظر می‌رسد؛ موجب شکل‌گیری نگرش‌های مثبت در جامعه می‌گردد (۱۸و۱۹). بررسی‌ها نشان می‌دهد که گروه‌های خودحمایتی موجب برقراری ارتباط، دفاع از حقوق و مشارکت افراد می‌شوند (۲۰و۲۱) و از این طریق به بهبود کیفیت زندگی افراد در آینده کمک می‌کنند (۲۲). بر همین اساس، این مطالعه به‌دنبال بررسی رویکرد خودحمایتی می‌باشد تا با ایجاد گروه‌های خودحمایتی موجب بهبود سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی شوند. به همین جهت، گروه‌های خودحمایتی برای آنان بسیار مهم و ضروری است (۲۳).

روش

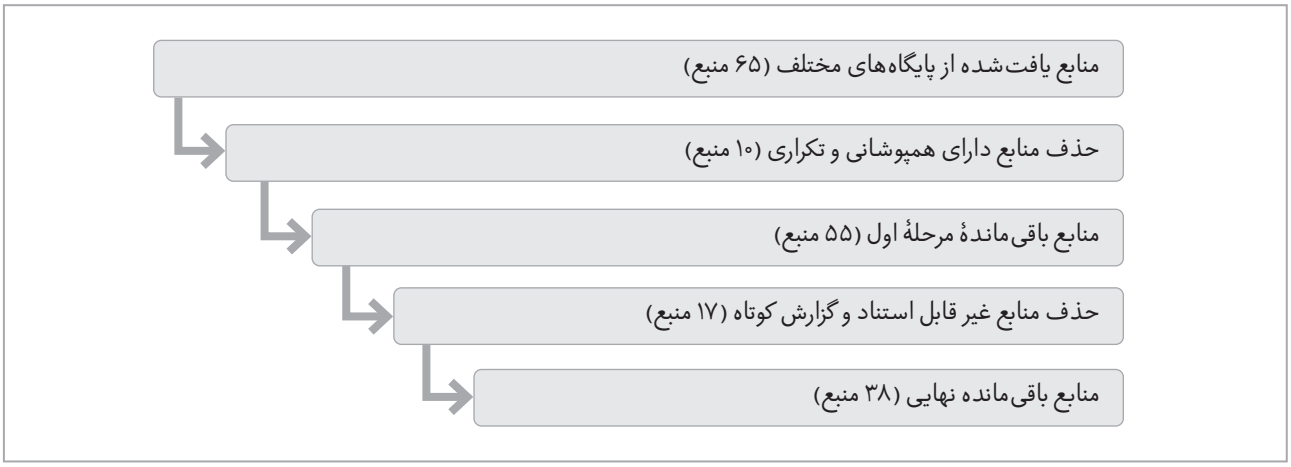
پژوهش حاضر از نوع مروری نظام‌مند و روش آن مبتنی بر گردآوری، طبقه‌بندی و خلاصه کردن یافته‌های منابع علمی مختلف از جمله مقاله‌ها، کتاب‌های مرتبط با موضوع پژوهش در بازهٔ زمانی سال‌های ۲۰۰۰ تا ۲۰۲۳ بود. این منابع از طریق جستجو در پایگاه‌های اطلاعاتی مانند گوگل اسکالر[5]، الزویر[6]، اسپرینگر[7]، پروکواست[8]، اریک[9]، ایبوکی[10] و با کلید واژه‌های مرتبط یافت شدند. واژه‌های کلیدی شامل دانش‌آموزان، سازگاری اجتماعی، خودحمایتی، خودوکیلی، دفاع از خود و افراد با کم‌توانی ذهنی بودند. ملاک‌های 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

[Downloaded from exceptionaleducation.ir on 2026-11-29]

ملاک‌های خروج از پژوهش شامل منابع تکراری، منابع دارای روش‌شناسی یا تحلیل نامشخص و منابع به‌شکل گزارش موردی و نامه به سردبیر بودند. علاوه بر این، از منابعی که فقط چکیده آنها در دسترس بود، استفاده نشد. برای شناسایی منابع از فلوچارت انتخاب منبع استفاده شد که در شکل (۱) آمده است.

شکل۱) فلوچارت انتخاب منابع



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 روان‌شناسی و آموزش افراد با نیازهای ویژه که حداقل ۵ سال سابقه کار داشتند، انجام گرفت. براساس جستجوهای انجام‌شده، ۶۳ مقاله، پایان‌نامه یا کتاب یافت شد که ۳۵ مورد آن، ملاک‌های ورود به پژوهش را داشتند. درضمن، جهت بررسی کیفیت مقالات توصیفی از بازبینه (فهرست کانسورت) استفاده شد (۲۴). پژوهش‌های مرورشده دربارهٔ موضوع پژوهش براساس شماره منبع آنها در جدول (۱)آورده شده است.

جدول ۱) پژوهش‌های 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	کاول (۱۹۹۰)	سازگاری اجتماعی، عملکرد اجتماعی و مهارت‌های اجتماعی اجزای تشکیل دهنده مدل شایستگی اجتماعی می‌باشند.
۳	بورنشتاین (۲۰۱۰)	کودکی و نوجوانی، دوران مهمی برای شایستگی اجتماعی و سازگاری رفتاری می‌باشد به‌طوری‌که بسیاری از آسیب‌های رشدی و روانی ناشی از آسیب در این دوران است.
۴	انجمن روان‌پزشکی آمریکا (۲۰۱۳)	براساس پنجمین راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی، افراد باکم‌توانی ذهنی محدودیت معنادار در کارکردهای هوشی و رفتارهای سازشی دارند و این محدودیت‌ها تا قبل از ۱۸ سالگی بروز می‌یابند.
۵	نادرگروسبوایس (۲۰۱۳)	افراد باکم‌توانی ذهنی مشکلات سازگاری اجتماعی دارند.
۶	جیکوبز و همکاران (۲۰۱۹)	رفتارهای والدین بر سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان باکم‌توانی ذهنی تأثیر دارد.
۷	بهاراتی (۲۰۱۲)	دانش‌آموزان باکم‌توانی ذهنی آموزش‌پذیر نسبت به افراد عادی چالش‌ها و مشکلات بیشتری بویژه در زمینه سازگاری اجتماعی دارند.
۸	میشرا و همکاران (۲۰۲۳)	دانش‌آموزان باکم‌توانی ذهنی که مشکل سازگاری دارند؛ محدودیت‌هایی در استقلال و اشتغال دارند.

[Downloaded from exceptionaleducation.ir on 2026-11-29]

ردیف	نویسندگان (سال)	نتایج هر پژوهش
۹	فیاس و همکاران (۲۰۱۲)	افراد با کم‌توانی ذهنی از نظر پذیرش اجتماعی ادراک‌شده، نظریه ذهن و سازگاری اجتماعی با چالش‌هایی مواجهه هستند و همین امر منجر به انزوای اجتماعی آنها می‌شود.
۱۰	زیمرمن (۲۰۰۸)	سازگاری اجتماعی نوعی رفتار مبتنی بر هدف است. هدف باعث می‌شود که فرد توانایی بازشناسی، تشخیص، تعیین اولویت‌ها و برنامه‌ریزی را داشته باشد.
۱۱	صادقی (۱۳۹۰)	مشکلات سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان با کم‌توان ذهنی موجب شکست‌های متوالی و افت تحصیلی می‌شود که همین امر منجر به نگرش منفی والدین و جامعه نسبت به آنها می‌شود.
۱۲	نیهیرا (۱۹۸۰)	مشکلات سازگاری کودکان با کم‌توانی ذهنی علاوه بر تأثیر منفی بر نگرش والدین، منجر به انحراف‌های اجتماعی، اخلاقی و افول ارزش‌های فرهنگی فرد نیز می‌شوند.
۱۳	راجو و همکاران (۲۰۰۷)	میزان انگیزه افراد با کم‌توانی ذهنی بسیار محدود است. از طرفی آنها قادر به پاسخگویی برخی نیازهای خود نیستند.
۱۴	دیمیتریادو و یوانا (۲۰۱۷)	محدودیت‌های هوشی و رفتار سازشی فرد کم‌توان ذهنی، استقلال، تعامل اجتماعی، عملکرد تحصیلی را تحت شعاع قرار می‌دهند؛ بدین جهت خانواده و مدرسه ۲ حامی اصلی وی هستند.
۱۵	باورین و همکاران (۲۰۱۳)	مشکلات سازگاری اجتماعی کودکان با کم‌توانی ذهنی مانع آینده نگری، تصمیم گیری، حفظ اعتدال و میانه روی در امور زندگی آنان می‌شود؛ بدین ترتیب با بازی‌های تعاملی می‌توان به تنظیم هیجان و تقویت مهارت اجتماعی آنان کمک نمود.
۱۶	کاشانی وحید (۱۳۹۷)	افراد با کم‌توانی ذهنی در تنظیم هیجانی دچار مشکل هستند؛ به‌گونه‌ای که خودکنترلی، گوش دادن و برقراری رابطه با دیگران را تحت تأثیر قرار می‌دهد؛ بدین جهت می‌توان با بازی رایانه‌ای مبتنی بر تنظیم هیجان به مهارت‌های اجتماعی آنان کمک نمود.
۱۷	لفرت و همکاران (۲۰۰۰)	دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی دچار مشکل سازگاری اجتماعی هستند؛ بدین جهت آنان در امور روزمره، تصمیم گیری در مورد آینده، عملکرد تحصیلی و اشتغال دچار مشکل می‌شوند. در واقع، آموزش‌های مبتنی بر سازگاری اجتماعی می‌تواند به افزایش سازگاری اجتماعی کمک کند.
۱۸	چونگ و همکاران (۲۰۲۴)	رویکرد خودحمایتی با تشکیل گروه‌های خودحمایتی به نگرش مثبت افراد جامعه نسبت به دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی کمک می‌کند.
۱۹	بیرت و همکاران (۲۰۰۴)	بررسی‌ها نشان می‌دهد که افراد با کم‌توانی ذهنی در گروه خودحمایتی به آن حس تعلق پیدا می‌کنند و توانایی دفاع از خود را کسب می‌کنند؛ اگرچه در برخی نظام‌ها مورد توجه قرار نگرفته است.
۲۰	فیشر و همکاران (۲۰۱۷)	گروه‌های خودحمایتی تأثیر مثبتی در راستای برقراری ارتباط، دفاع از حقوق و مشارکت افراد دارد.
۲۱	کلارک و همکاران (۲۰۱۵)	تجارب افراد با کم‌توانی ذهنی نشان می‌دهد که گروه‌های خودحمایتی موجب تقویت عزت نفس، سازگاری اجتماعی و دفاع از خود می‌شود.
۲۲	رایتر و لاپیدوتر-لفلر (۲۰۰۷)	دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی باید مهارت‌های پیش‌نیاز سازگاری اجتماعی همچون مهارت‌های خودآگاهی، مهارت‌های زندگی، حل مسئله، روابط بین فردی و مهارت‌های شغلی را یاد بگیرند.
۲۳	اندرسون و بیگبی (۲۰۱۷)	گروه‌های مبتنی بر رویکرد خودحمایتی به افراد با کم‌توانی ذهنی کمک می‌کنند تا مهارت‌های ارتباطی، اجتماعی و شغلی را کسب کنند و بدین ترتیب با افزایش اعتماد به نفس، هویت مثبت را در آنها ایجاد می‌کند.
۲۴	فون الم (۲۰۰۷)	نوعی دستور العمل تحت عنوان باز بینه (کانسورت) خوانده می‌شود که به پژوهشگران کمک می‌کند تا مطالعات مشاهده‌ای را گزارش دهند.

[Downloaded from exceptionaleducation.ir on 2026-11-29]

ردیف	نویسندگان (سال)	نتایج هر پژوهش
۲۵	فرید من (۲۰۱۷)	خودحمایتی (دفاع از خود) به افراد با کم‌توانی ذهنی، قدرت تصمیم‌گیری، استقلال، دستیابی به اشتغال و هویتی متناسب با ارزش‌های فرهنگ، جامعه و سازگاری اجتماعی می‌دهد.
۲۶	میشرا و شریو استاو (۲۰۲۳)	کودکان با کم‌توانی ذهنی دارای سطوح مختلف هوشی هستند که با درنظر گرفتن سطوح تحول و روش‌هایی همچون قصه گویی، نقش آفرینی، بازی، تصاویر به همراه تشویق های کلامی و فیزیکی می‌توان به سازگاری اجتماعی آنها کمک نمود.
۲۷	کالدول (۲۰۱۰)	با بررسی تجارب زیسته افراد با کم‌توانی ذهنی و سایر افراد با اختلالات تحولی می‌توان به عوامل تأثیرگذار بر رویکرد خودحمایتی (دفاع از خود) و بالا بردن کارآیی آن پی برد.
۲۸	فراولی و بیگبی (۲۰۱۵)	افراد با کم‌توانی ذهنی در گروه‌های خودحمایتی، احساس تعلق اجتماعی را کسب می‌کنند؛ به‌طوری‌که ارتباطات خود را گسترده می‌کنند و شغل هدفمند به‌دست می‌آورند.
۲۹	پتری و همکاران (۲۰۲۱)	دولت باید حامی گروه‌های خودحمایتی باشد که برای توانمندسازی افراد با کم‌توانی ذهنی ایجاد می‌شود؛ زیرا معمولاً خانواده‌های آنها با مشکلات مالی همراه هستند و با تأمین هزینه از سوی سازمان‌های مرتبط، این گروه‌ها می‌توانند به راحتی خدمات ارائه دهند.
۳۰	فن و اسکویر (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 می‌یابد و تأثیرات مثبت روان‌شناختی و اجتماعی نیز مشهود می‌شود.
۳۱	مک اینتایر و همکاران (۲۰۰۶)	کودکان با کم‌توانی ذهنی نسبت به کودکان عادی در رابطه با خودتنظیمی هیجانی و سازگاری اجتماعی با چالش‌هایی مواجه هستند که با قرارگرفتن در گروه‌ها و آموزش مهارت‌های مورد نیاز می‌توانند به خودتنظیمی هیجان و سازگاری اجتماعی دست یابند.
۳۲	تیلی و همکاران (۲۰۲۰)	گروه‌های خودحمایتی با تقویت مهارت خودحمایتی موجب بهزیستی، سازگاری اجتماعی، بهبود روابط شغلی افراد با کم‌توانی ذهنی می‌شوند.
۳۳	استرنادووا (۲۰۱۸)	دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی با قرار گرفتن در گروه به آن حس تعلق پیدا می‌کنند و با برقراری ارتباط با یکدیگر موجب تقویت هویت اجتماعی در آنها می‌شوند.
۳۴	گیلمارتین و اسلوین (۲۰۱۰)	تجارب زیسته افراد با کم‌توانی ذهنی نشان می‌دهد که آنها قادرند تجارب خود را در گروه خودحمایتی مطرح کنند و به راه‌های درست جهت تصمیم‌گیری دست یابند.
۳۵	پراستی (۲۰۱۶)	حمایت خانواده تأثیرات مثبتی بر کاهش استرس و افزایش سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی دارد.
۳۶	روسکویست و همکاران (۲۰۱۵)	خانواده‌ها نخستین حامی فرزند با نیاز ویژه هستند و فرزند خود را در گروه خودحمایتی قرار می‌دهند تا مورد حمایت همه‌جانبه قرار گیرد و قادر به دفاع از خود شود.
۳۷	روسکویست و همکاران (۲۰۱۵)	خانواده‌ها نخستین حامی فرزند با نیاز ویژه هستند و فرزند خود را در گروه خودحمایتی قرار می‌دهند تا مورد حمایت همه‌جانبه قرار گیرد و قادر به دفاع از خود شود.
۳۸	میچل (۱۹۹۷)	گروه‌های خودحمایتی با حمایت اعضای خود موجب می‌شوند؛ قدرت بیان خوبی داشته باشند، مهارت‌های مورد علاقه خود را یاد بگیرند و با اشتغال به استقلال مالی دست یابند. بعلاوه با بالا بردن سازگاری اجتماعی، آنان را برای ورود به زندگی واقعی آماده می‌سازند.

[Downloaded from exceptionaleducation.ir on 2026-11-29]

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 بررسی‌شده به‌صورت توصیفی گزارش شده است.

ارزیابی سازگاری اجتماعی در دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی

با توجه به آنچه در بخش‌های فوق بیان گردید، ارزیابی دقیق میزان سازگاری اجتماعی و مشکلات مربوط به آن در دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی بسیار مهم و حائز اهمیت است (۳و۱۰). به‌طور کلی برای تدوین گروه‌هایی مبتنی بر رویکرد خودحمایتی به‌عنوان راهبردی برای بهبود سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی باید به صورت یک فرآیند گروهی بین والدین، مربیان و روان‌شناسان و سایر مراقبان انجام شود (۲۵).

برای ارزیابی سازگاری اجتماعی در دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی، باید موارد زیر مورد توجه قرار گیرد:

- درمانگران باید سطح تحول دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی را درنظر بگیرند (۲۶).
- ارزیابی با به‌کارگیری روش‌های گوناگونی همچون مشاهده مستقیم[1]، مصاحبه بالینی[2]، ابزارهای هنجاریابی‌شده دارای اعتبار و پایایی[3] و گزارش والدین انجام گیرد (۲۷).

با توجه به مشکلات و تفاوت‌های دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی، استفاده از مقیاس‌های سنجش سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان عادی توصیه نمی‌شود؛ به‌نظر می‌رسد باید ویژگی و شرایط منحصر به فرد کودک درنظر گرفته شود سپس روش مناسب برای ارزیابی درنظر گرفته شود (۲۶).

آموزش رویکرد خودحمایتی با تأکید بر سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی

رویکرد خودحمایتی در سال ۱۹۹۴ توسط ایالات متحده به رسمیت شناخته شد. افراد حامی این رویکرد معتقد بودند که افرادی همچون کم‌توانان ذهنی باید از خود و حقوق خود بتوانند دفاع کنند و مورد ظلم و ستم قرار نگیرند. بعلاوه تجارب زیسته نشان می‌دهد که آموزش‌های مبتنی بر مدرسه و برنامه‌های درسی نمی‌تواند آنان را برای این امر آماده سازد (۲۷). به‌طوری‌که جامعه پس از پایان دورهٔ 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 به‌صورت فیزیکی در جامعه قرار دارند. اما گروه‌هایی که تحت عنوان رویکرد خودحمایتی ایجاد می‌شوند با آموزش نحوهٔ صحبت کردن در شرایط مختلف، مهارت‌های خودیاری، ارتباطات اجتماعی، مهارت‌های شغلی به دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی کمک می‌کنند (۲۸). بنابراین باید گروه‌های خودحمایتی جهت افزایش سازگاری اجتماعی کودکان با کم‌توانی ذهنی به‌وجود 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 کم‌توانی 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 درون‌گروهی 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؛ به‌گونه ای 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 کم‌توانی ذهنی کمک می‌کنند (۳۱).

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

1. Direct observation
2. Clinical Interview
3. Validity&Reliability

[Downloaded from exceptionaleducation.ir on 2026-11-29]

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. به‌عبارتی 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 برون‌گروهی 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 همه جانبه 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 برنامه هایی مبتنی بر اهداف گروه‌های خودحمایتی برای فرد تدوین می‌کنند؛ به‌گونه‌ای که 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). به‌دلیل 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 کم توجهی 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 درنظر 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.

[Downloaded from exceptionaleducation.ir on 2026-11-29]

به‌طور کلی؛ دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی در سازگاری اجتماعی با موانع عمومی و اختصاصی مواجهه هستند و بدیهی است که محدودیت‌های آنان بیش از همسالان عادی می‌باشند ولی این دلیل نمی‌شود که بحث سازگاری اجتماعی و دفاع از حقوق آنان مورد بی توجهی قرار گیرد. پیشنهاد می‌شود در تدوین گروه‌های خودحمایتی (دفاع از حقوق خود) برای دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی جهت افزایش سازگاری اجتماعی توجه بیشتری شود. تدوین گروه‌های خودحمایتی و آموزش‌های لازم جهت افزایش سازگاری اجتماعی نیازمند برنامه‌ریزی مفید و موثر است؛ بدین ترتیب باید سازمان‌های بهزیستی و آموزش و پرورش استثنایی به آن توجه نمایند. پیشنهاد دیگر اینکه باید دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی برای دفاع از خود، اشتغال و استقلال مورد حمایت قرار گیرند. در نهایت اینکه، گروه‌های خودحمایتی مبتنی بر سازگاری اجتماعی در راستای حمایت از توانمندسازی و دفاع از حقوق خود، برای دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی را می‌توان به‌عنوان پیشنهادی ارزشمند درنظر 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 می‌شود.

تضاد منافع

در این مقاله هیچ تضاد یا تعارض منافعی وجود ندارد.

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]

[Downloaded from exceptionaleducation.ir on 2026-11-29]

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-Lefler 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, Negoi 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-Lefler 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]

[Downloaded from exceptionaleducation.ir on 2026-11-29]