

بررسی تأثیر شیوه‌های جرأت‌ورزی بر سازگاری اجتماعی^۱

اسحق رحیمیان بوگر*

حسین شاره**

مجتبی حبیبی عسگرآباد***

دکتر محمدعلی بشارت****

چکیده

هدف از اجرای این پژوهش بررسی مقایسه‌ای تأثیر شیوه‌های جرأت‌ورزی (رد قاطعانه، بیان قاطعانه و درخواست قاطعانه) بر سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان پسر و دختر دوره راهنمایی شهر شهرضا در سال تحصیلی ۸۵-۱۳۸۴ بوده است. بدین منظور، ۲۴۰ دانش‌آموز (۱۲۰ دانش‌آموز پسر و ۱۲۰ دانش‌آموز دختر) پایه سوم به شیوه تصادفی طبقه‌ای از بین دانش‌آموزان دوره راهنمایی شهر شهرضا به عنوان آزمودنی‌های

۱- تاریخ دریافت: ۱۳۸۵/۱۱/۱۴؛ تاریخ آغاز بررسی: ۱۳۸۶/۲/۱؛ تاریخ تصویب: ۱۳۸۶/۹/۲۱

* دانشجوی دکتری تخصصی روانشناسی بالینی، دانشگاه علوم پزشکی ایران، انستیتو روانپزشکی تهران

(ایمیل: eshaghrachimian@yahoo.com)

** دانشجوی دکتری تخصصی روانشناسی سلامت، دانشگاه تهران، مدرس دانشگاه سمنان

*** دانشجوی دکتری تخصصی روانشناسی سلامت، دانشگاه تهران (ایمیل:

babakhabibius@yahoo.com)

****. دانشجوی دکتری تخصصی روانشناسی بالینی، استادگروه روانشناسی، دانشگاه تهران

پژوهش انتخاب شدند و به طور تصادفی به گروه‌های آزمایشی و گروه کنترل اختصاص یافتند. پیش از مداخله آموزشی، گروه‌های آزمایشی و گواه با مقیاس رفتار سازشی و اینلند مورد ارزیابی قرار گرفتند. گروه‌های آزمایشی در ده جلسه آموزش جرأت‌ورزی به شیوه گروهی شرکت نمودند. آزمودنی‌های گروه کنترل هیچ گونه مداخله‌ای دریافت نکردند. در پایان مداخله آموزشی، گروه‌های آزمایشی و گروه کنترل بار دیگر با همان آزمون مورد ارزیابی قرار گرفتند. داده‌های به دست آمده با استفاده از تحلیل کواریانس تجزیه و تحلیل شدند. نتایج حاکی از آن بود که متغیر جنس ($F = 12/64, P < 0/05$) و شیوه‌های جرأت‌ورزی ($F = 77/96, P < 0/05$) و تعامل جنس آزمودنی‌ها با شیوه‌های جرأت‌ورزی ($F = 3/17, P < 0/05$) به لحاظ آماری معنی‌داری هستند.

کلید واژه‌ها: جرأت‌ورزی، سازگاری اجتماعی، رد قاطعانه، بیان قاطعانه،

درخواست قاطعانه

مقدمه

کودکان و نوجوانان از طریق کسب مهارت‌های اجتماعی مهمی نظیر همکاری، سازش، ارتباط و دوستیابی به درون گروه همسالان خود راه یافته و پایه و اساس زندگی اجتماعی خود را تشکیل می‌دهند (استوارت^۱ و سندین^۲، ۱۹۹۵). جرأت‌ورزی^۳ قلب رفتار میان فردی و کلید روابط انسانی است (لین^۴ و همکاران، ۲۰۰۴) و در شکوفایی استعدادها و رشد خلاقیت دانش‌آموزان نقشی مؤثر را ایفا می‌کند (حکمتی، ۱۳۸۱) به طوریکه آلبرتی^۵ و امونز^۶ (۱۹۷۷) جرأت‌ورزی را مهارت در برقراری ارتباط میان فردی تعریف می‌کند. برنامه آموزش جرأت‌ورزی بدین منظور طرح‌ریزی می‌شود تا عقاید و رفتارهای جرأت‌مندانه

-
1. Stuart
 2. Sundeen
 3. assertiveness
 4. Lin
 5. Alberti
 6. Emmons

افراد را بهبود بخشد به طوری که آنها بتوانند با دیدی بهتر به خود نگریسته، به "خود اعتمادی"^۱ برسند، به طور مناسب عواطف و تفکرات فردی خود را نشان دهند و در نتیجه روابط میان فردی مؤثرتری را با دیگران برقرار نمایند (آلبرتی و امونز، ۲۰۰۱، لاندازابل^۲، وستون^۳ و ونت^۴، ۱۹۹۹). تیلور^۵ (۱۹۹۵) آموزش جرأت‌ورزی را تکنیکی می‌داند که از طریق آن افراد می‌آموزند که چگونه آرام باشند و در موقعیتهای متفاوت اجتماعی به طور مناسب و خوشایند ارتباط برقرار سازند. به عقیده راکز^۶ (۱۹۹۱) جرأت‌ورزی یک مداخله اولیه و اصلی برای سازگاری با دنیای جدید و مطابق با نیازهای مردم در محیط ناپایدار و پرهرج و مرج امروزی است.

کایرنز^۷، لونگ^۸، بوچانان^۹ و کایرنز (۱۹۹۵) در این زمینه اظهار می‌دارند که فرایندهای سازگاری در زمینه ارتباطات مفید اجتماعی شکل می‌گیرد و اجتماعی شدن و یادگیری مهارتهای جرأت‌ورزی زمینه افزایش سازگاری را فراهم می‌نماید. تحقیقات گوناگون نشان می‌دهد که بین کمبود مهارتهای اجتماعی و بروز اختلالات رفتاری در آینده رابطه وجود دارد. این مشکلات که با عملکرد ضعیف مهارتهای اجتماعی کودک مرتبط هستند عبارتند از: بزهکاری؛ نقص در عملکرد تحصیلی و شناختی؛ فرار از مدرسه در کودکی و الکلیسم؛ رفتارهای ضد اجتماعی و اختلالات روانی (ثابتی و شهینی بیلاق، ۱۳۷۷).

پژوهش‌ها نشان داده‌اند که آموزش جرأت‌ورزی به بهبود ابراز وجود، عزت نفس، تعاملات میان فردی و مهارت‌های ارتباطی می‌انجامد و اضطراب اجتماعی را کاهش می‌دهد (لین و همکاران، ۲۰۰۴). بر اساس نتایج پژوهش‌های نوتا^{۱۰} و سورسی^{۱۱} (۲۰۰۳)،

-
1. Self trust
 2. Landazabal
 3. Weston
 4. Went
 5. Taylor
 6. Rakes
 7. Carins
 8. Leung
 9. Buchanan
 10. Nota
 11. Soresi

پترسون^۱ و همکاران (۲۰۰۲)، لنت^۲ و همکاران (۲۰۰۰) روی گروهی از دانش‌آموزان و دانشجویانی که از اضطراب بالا و کم‌جراتی رنج می‌بردند، نشان داده است که تأثیر آموزش جرات‌ورزی در گروه‌های آزمایشی نسبت به گروه‌های شاهد بیشتر بوده و سبب کاهش اضطراب و افزایش جرات‌ورزی شده است. نتایج پژوهشی که وردین^۳ و همکارانش (۱۹۹۰) در انگلستان با عنوان «آموزش مهارت‌های اجتماعی در مدرسه» انجام داده‌اند، نشان داده است که بعد از مداخله، بهبودی قابل توجهی در فعالیتها و رفتارهای اجتماعی دانش‌آموزان و همچنین اعتماد به نفس آنها رخ می‌دهد. نتایج پژوهش شممتی^۴ و تری لیواس^۵ (۱۹۹۵) نشان داده است که برنامه آموزش مهارت‌های اجتماعی (کنترل تعارض) در سه حیطه از رفتارهای اجتماعی یعنی کنترل خود، همدلی و همکاری تأثیری بسزا دارد. هارگی^۶، ساندرز^۷ و دیکسون^۸ (۱۹۹۵) در پژوهش خود در مورد اثر بخشی شیوه‌های جرات‌ورزی بر عملکرد اجتماعی و رفتاری دانش‌آموزان مقطع راهنمایی به این نتیجه رسیدند که این روش‌ها در افزایش قاطعیت و حل مسئله اجتماعی دانش‌آموزان بسیار مؤثر بوده و سبب افزایش رفتارهای سازگارانه و کاهش رفتارهای ناسازگارانه در دانش‌آموزان شده است. به علاوه، این پژوهشگران نتیجه گرفتند که شیوه‌های جرات‌ورزی بر رفتار اجتماعی دانش‌آموزان دختر در مقایسه با دانش‌آموزان پسر تأثیر بیشتری می‌گذارند و رفتارهای سازش یافته آنها را به خوبی تقویت می‌نماید.

آموزش جرات‌ورزی یک روش چند محتوایی رفتاری است و اجزای درمانی آن عبارتند از راهنمایی^۹، ایفای نقش^{۱۰}، الگوسازی^{۱۱}، پس‌خوراند^{۱۲}، تمرین و مرور رفتاری^{۱۳}

-
1. Paterson
 2. Lent
 3. Verduyn
 4. Chinienti
 5. Trilivas
 6. Hargie
 7. Sunders
 8. Dickson
 9. guidance
 10. role playing
 11. modeling
 12. feed back
 13. behavioral rehearsal

به صورت تجسمی و عینی (آسچن^۱، ۱۹۹۷). ماسترز^۲، بریش^۳، هولون^۴ و ریم^۵ (۱۹۸۷)، به نقل از بیان زاده و همکاران، (۱۳۸۲) جرأت‌ورزی یا رفتار قاطعانه را به شرح زیر تقسیم نموده اند:

۱. رد قاطعانه^۶: در این شیوه فرد به صورتی که اجتماع پسندانه باشد، درخواستهای تحمیلی دیگران را رد می‌کند، ۲. بیان قاطعانه^۷: در این شیوه فرد، توانایی بیان احساسات مثبت مثل قدردانی از دیگران، ابراز محبت و علاقه و بیان تمجید و ستایش را دارد، ۳. درخواست قاطعانه^۸: در این شیوه فرد، توانایی بیان و مطرح کردن درخواستهایی را از دیگران به منظور تسهیل تأمین نیازهای فردی یا رسیدن به اهداف خود دارد. در سالهای اخیر، پیرامون آموزش جرأت‌ورزی تحقیقاتی صورت گرفته که حاکی از اثر بخشی این روشها در مورد دانش‌آموزان است. این پژوهش هم به بررسی و مقایسه تأثیر سه شیوه جرأت‌ورزی رد قاطعانه، بیان قاطعانه و درخواست قاطعانه بر عملکرد اجتماعی دانش‌آموزان دوره راهنمایی شهرضا می پردازد.

هدف اصلی این پژوهش بررسی تأثیر آموزش شیوه‌های جرأت‌ورزی رد قاطعانه، بیان قاطعانه و درخواست قاطعانه بر سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان مقطع راهنمایی بود. به همین منظور فرضیه‌های پژوهشی زیر مطرح شدند:

۱. میان تأثیر روشهای جرأت‌ورزی رد قاطعانه، بیان قاطعانه و درخواست قاطعانه در گروه‌های آزمایش در مقایسه با گروه کنترل در افزایش سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان تفاوت معنی‌داری وجود دارد.

۲. میان سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان پسر و دختر تفاوت معنی‌داری وجود دارد.

-
1. Aschen
 2. Masters
 3. Burish
 4. Hollon
 5. Rimm
 6. assertive refusal
 7. assertive expression
 8. assertive commandary

۳. میان تأثیر روش‌های جرأت‌ورزی رد قاطعانه، بیان قاطعانه و درخواست قاطعانه بر افزایش سازگاری اجتماعی در گروه‌های کنترل و آزمایش با توجه به جنسیت در دانش‌آموزان تفاوت معنی‌داری وجود دارد.

روش پژوهش

برای آزمایش فرضیه‌های مطرح شده، طرح آزمایشی پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه گواه انتخاب گردید. دویست و چهل نفر از دانش‌آموزان پایه سوم راهنمایی شهرضا به شیوه تصادفی طبقه‌ای انتخاب و به صورت تصادفی به شش گروه آزمایشی جرأت‌ورزی (گروه آموزش رد قاطعانه، بیان قاطعانه و درخواست قاطعانه پسران و دختران) و دوگروه گواه اختصاص یافتند. هرکدام از آزمودنی‌ها پیش از آموزش شیوه‌های جرأت‌ورزی با بهره‌گیری از مقیاس رفتار سازگاران و اینلند مورد ارزیابی قرار گرفتند. سپس روش‌های آموزشی به مدت ۲ ماه (۱۰ جلسه یک ساعته)، در مورد گروه‌های آزمایشی بکار برده شد، اما آزمودنی‌های گروه گواه هیچ نوع مداخله‌ای دریافت نکردند. در پایان مجدداً تمامی آزمودنی‌ها با بهره‌گیری از مقیاس رفتار سازگاران و اینلند مورد ارزیابی قرار گرفتند. در این پژوهش متغیر مستقل جرأت‌آموزی با سه سطح رد قاطعانه، بیان قاطعانه و درخواست قاطعانه و متغیر وابسته سازگاری اجتماعی با سه حوزه ارتباطی، اجتماعی شدن و مهارت‌های زندگی روزمره مورد بررسی قرار گرفت.

جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری

جامعه آماری این پژوهش کلیه دانش‌آموزان پسر و دختر مشغول به تحصیل در دوره راهنمایی شهرضا در سال تحصیلی ۸۵-۱۳۸۴ بود. از روش نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای برای انتخاب نمونه استفاده شد. بدین صورت که از میان مدارس راهنمایی شهر شهرضا هشت مدرسه به طور تصادفی طبقه‌ای انتخاب شد. ۱۲۰ دانش‌آموز پسر و ۱۲۰ دانش‌آموز دختر پایه سوم از این مدارس انتخاب کردند. این نمونه ۲۴۰ نفری به صورت تصادفی در

شش گروه مداخله‌ای هر کدام به تعداد ۳۰ نفر و دو گروه گواه هر کدام به تعداد ۳۰ نفر جایگزین شدند.

ابزار پژوهش

مقیاس رفتار سازگارانۀ واینلند (VABS)

به منظور گردآوری داده‌ها از مقیاس رفتار سازگارانۀ واینلند^۱ استفاده شد. این مقیاس کفایت شخصی و اجتماعی فرد را در انجام دادن فعالیت‌های روزانه مورد ارزیابی قرار می‌دهد (اسپارو^۲، بالا^۳ و سی‌چتی^۴، ۱۹۸۴؛ به نقل از قامت‌بلند، توکلی و بقولی، ۱۳۷۶). مقیاس رفتار سازگارانۀ واینلند در گروه سنی ۱۱ تا ۱۸ سال و ۱۱ ماه در ایران را قامت‌بلند، توکلی و بقولی (۱۳۷۶) هنجاریابی کرده‌اند. مقیاس رفتار سازگارانۀ واینلند دارای ۲۹۷ ماده است که چهار حوزه مهارت‌های ارتباطی، مهارت‌های زندگی روزمره، مهارت‌های اجتماعی شدن و مهارت‌های حرکتی را در برمی‌گیرد و یک ارزیابی از عملکرد سازگارانۀ فراهم می‌نماید. ضریب پایایی بازآزمایی نمره‌های هنجاریابی شده در گروه سنی ۱۱ سال تا ۱۸ سال و ۱۱ ماه در هنجاریابی مقیاس رفتار سازگارانۀ واینلند (قامت‌بلند و همکاران، ۱۳۷۶) به این صورت است: در حوزه ارتباطی از ۰/۸۰ تا ۰/۸۶ با میانگین ۰/۸۴؛ در حوزه مهارت‌های زندگی روزمره از ۰/۷۹ تا ۰/۸۷ با میانگین ۰/۸۳؛ در حوزه اجتماعی شدن از ۰/۸۲ تا ۰/۸۸ با میانگین ۰/۸۵ و در حوزه مهارت‌های حرکتی از ۰/۷۹ تا ۰/۸۸ با میانگین ۰/۸۵ گزارش شده است. ضرایب پایایی بازآزمایی نمرات استاندارد بخش مرکب رفتار سازگارانۀ در همان پژوهش از ۰/۸۵ تا ۰/۹۲ با میانگین ۰/۸۹ در تغییر بود. تفاوت میانگین نمرات دو گروه بهنجار و عقب‌مانده ذهنی در سطح ۰/۰۱ معنی‌دار بود که بیانگر روایی تفکیکی مناسب در مورد این مقیاس در ایران است (قامت‌بلند و همکاران، ۱۳۷۶). نمره‌گذاری ماده‌های این مقیاس طبق فرم هنجاریابی شده، بدین شیوه است که چنانچه آن

-
1. Vineland Adaptive Behavior Scales (NABS)
 2. Sparrow
 3. Balla
 4. Cicchetti

فعالیت به طور معمول و به صورت عادت انجام می‌شود نمره ۲، اگر گاهی اوقات یا با موفقیت جزئی انجام می‌شود نمره ۱، اگر هرگز انجام نمی‌شود نمره صفر، چنانچه آزمودنی فرصت انجام مهارت را نداشته، نمره N و در صورتی که از انجام مهارت بی اطلاع بوده است، نمره DK می‌گیرد. مقیاس واینلند در هر خرده مقیاس دارای میانگین ۱۰۰ و انحراف استاندارد ۱۵ است. این مقیاس را شخص مورد ارزیابی، والدین یا سرپرست کودک و نوجوان تکمیل می‌کند. در پژوهش حاضر آن را دانش‌آموزان تکمیل کرده‌اند.

روش اجرا

پروتکل هر جلسه آموزش جرأت‌ورزی به شیوه گروهی برای سه گروه آزمایشی پسر و سه گروه آزمایشی دختر با رویکرد شناختی- رفتاری بر اساس منابع معتبر علمی (بیان زاده و همکاران، ۱۳۸۲) به صورت زیر تدوین شد:

گروه آموزش رد قاطعانه

جلسه اول: آموزش نه گفتن. جلسه دوم: آموزش دلیل آوردن. جلسه سوم: آموزش پیشنهاد دادن. جلسه چهارم: آموزش عوض کردن موضوع مورد بحث. جلسه پنجم: آموزش استفاده از شوخی. جلسه ششم: آموزش مطرح کردن گروه بندی متفاوت. جلسه هفتم: آموزش ارائه اطلاعات و شناخت بیشتر از موضوع به طرف مقابل. جلسه هشتم: آموزش صفحه خط افتاده. این روش آموزش، تکنیکی است که بر اساس آن به افراد آموزش داده می‌شود که هنگام رویارویی با فشارهای اطرافیان، یک عبارت خاص را تکرار نمایند و مکرراً عدم تمایل خود را ابراز کنند تا زمانی که فرد مقابل، آنها را رها کند. نمونه ای از تکنیک صفحه خط افتاده این است که دانش‌آموز در مقابل اصرار دوستش برای مصرف مواد، به طور مکرر و پی در پی بگوید «نه، من اهل مصرف مواد نیستم» (بیان زاده و همکاران، ۱۳۸۲). جلسه نهم: آموزش پافشاری و اصرار بر رد. جلسه دهم: آموزش اجتناب و دور شدن از موقعیت.

گروه آموزش بیان قاطعانه

جلسه اول: آموزش بیان همدلانه موقعیت. جلسه دوم: آموزش تمجید و قدردانی. جلسه سوم: آموزش معذرت خواهی از وضعیت موجود. جلسه چهارم: آموزش استفاده نکردن از مکث و تأخیر در گفتار. جلسه پنجم: آموزش سیالی پاسخ دادن. جلسه ششم: آموزش استفاده از لحن صحبت رسا، روشن و محکم. جلسه هفتم: آموزش استفاده از تماس چشمی. جلسه هشتم: آموزش استفاده از تظاهرات عاطفی مثبت در چهره. جلسه نهم: آموزش استفاده از وضعیت بدنی مثبت نمایانگر وضعیت و جلسه دهم: آموزش ارائه پاسخ کوتاه و مؤثر.

گروه آموزش درخواست قاطعانه

جلسه اول: آموزش درخواست آنچه بدان تمایل دارد. جلسه دوم: آموزش درخواست بیان نظرات و عقاید شخصی. جلسه سوم: آموزش درخواست حق و حقوق خود. جلسه چهارم: آموزش درخواست اینکه جدی گرفته شود و به صحبت‌های او گوش داده شود. جلسه پنجم: آموزش درخواست برخورد قاطعانه کردن. جلسه ششم: آموزش درخواست انتخاب کردن. جلسه هفتم: آموزش دریافت آنچه بهای آن را داده است. جلسه هشتم: آموزش درخواست اینکه دیگران مزاحم فرد نشوند. جلسه نهم: آموزش شناخت اینکه حق دارد درخواست دیگران را رد کند. جلسه دهم: آموزش اصلاح باورها، عقاید و انتظارات در مورد درخواست قاطعانه.

روش تجزیه و تحلیل داده‌ها

تحلیل کواریانس^۱ پیش‌آزمون و پس‌آزمون^۲

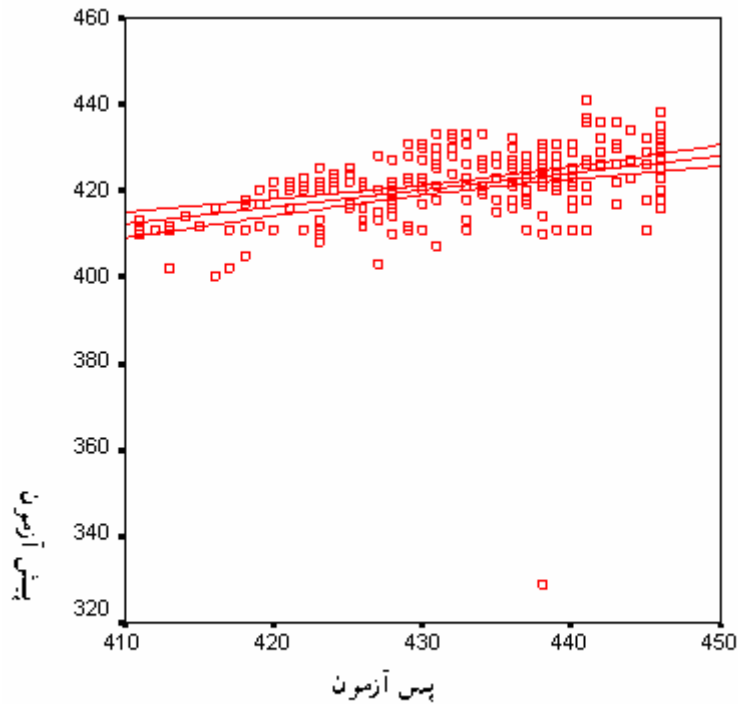
زمانی که رگرسیون به طرف میانگین^۳ به طور معنی‌داری اندازه‌گیری پس‌آزمون را تحت تأثیر قرار دهد، هنگام اجرای پیش‌آزمون و پس‌آزمون یا اگر بخواهیم گروهها را جهت مقایسه از نظر یک متغیر، قابل مقایسه کنیم، از تحلیل کواریانس استفاده می‌نماییم (سن، ۱۹۹۴؛ اورال، ۱۹۹۳؛ بونت، ۲۰۰۰).

تحلیل کواریانس ترکیب رگرسیون و تحلیل واریانس است که و یک روش کنترل آماری است. چرا که در تحلیل پیش‌آزمون و پس‌آزمون نمرات پیش‌آزمون را به عنوان یک متغیر کمکی^۴ در نظر می‌گیرد که به صورت یک متغیر پیوسته جزء یکی از منابع تغییرات پس‌آزمون است. اثر آن در تحقیق کنترل نشده است و به طور بالقوه می‌تواند نمرات پس‌آزمون را تحت تأثیر قرار دهد (کیرک، ۱۹۸۲). تفسیر تحلیل کواریانس با تحلیل واریانس متفاوت است. چرا که تحلیل واریانس بر اساس فرض صفر، فرض می‌کند که میانگین نمرات در پس‌آزمون مساوی است، اما تحلیل کواریانس فرض می‌کند که میانگین نمرات پس‌آزمون مساوی است به شرطی که میانگین نمرات گروهها در پیش‌آزمون مساوی باشند. پیش‌فرضهای کواریانس شامل نرمال بودن توزیع نمرات، همگنی واریانس گروهها، خطی بودن رابطه پس‌آزمون و پیش‌آزمون و برابر بودن ضرایب رگرسیونی در پیش‌آزمون است. آزمون تحلیل کواریانس نسبت به دو پیش‌فرض اول توانمند^۵ است (استیونس، ۱۹۹۰، به نقل از سرمد، ۱۳۸۴).

در پژوهش حاضر از تحلیل کواریانس عاملی با دو متغیر مستقل عضویت گروهی (سه گروه آزمایش و یک گروه کنترل) و جنس آزمودنی‌ها، متغیر کمکی پیش‌آزمون و متغیر

-
1. covariance
 2. pre-test post-test
 3. regression toward mean
 4. covariate
 5. robustness

وابسته پس‌آزمون استفاده شده است. برای بررسی پیش‌فرض رابطه خطی میان متغیر وابسته با متغیر کمکی از نمودار پراکنش (نمودار ۱) و برای بررسی همسانی ضرایب رگرسیونی در گروهها از تحلیل رگرسیون با دو متغیر مستقل کدگذاری شده به واسطه کدگذاری اثر^۱ استفاده شده است. بر اساس نتایج مشاهده شده هر دو مفروضه تایید شده و در مرحله بعد تحلیل کوواریانس برای مقایسه اثرات متغیرهای مستقل جنس و عضویت گروهی بر روی متغیر وابسته سازگاری اجتماعی بررسی شده است.



نمودار ۱- پراکنش برای بررسی رابطه بین پیش‌آزمون و پس‌آزمون

نتایج رگرسیونی حاکی از آن بود که تفاضل ضرایب تبیین مجذور شده دو مدل $R_{0c,\alpha,\beta,\alpha\beta,\alpha\beta}$ و $R_{c,\alpha,\beta,\alpha\beta}$ معنی‌دار نیست، بنابراین می‌توان مفروضه‌های ضرایب رگرسیونی را به ترتیب زیر پذیرفت:

1. effect coding

$$\hat{Y} = b_0 + b_1C + b_2S_1 + b_3G_1 + b_4G_2 + b_5G_3 + b_6SG_{11} + b_7SG_{12} + b_8SG_{13}$$

بر اساس مدل کامل تحلیل واریانس خواهیم داشت:

$$Y_{ijk} = Y + C_k + \alpha_i + \beta_j + \alpha\beta_{ij} + e_{ijk}$$

بنابراین برای به دست آوردن R^2 تفاضل به صورت زیر عمل می‌کنیم:

$$R_{C\alpha\beta}^2 = R_{c,\alpha,\beta,\alpha\beta,\alpha\beta}^2 - R_{c,\alpha,\beta,\alpha\beta}^2$$

$$F_{(f-r, N-f-1)} = \frac{(R_{c,\alpha,\beta,\alpha\beta,\alpha\beta}^2 - R_{c,\alpha,\beta,\alpha\beta}^2)/(f-r)}{(1 - R_{c,\alpha,\beta,\alpha\beta,\alpha\beta}^2)/(N-f-1)}$$

$$F_{(3,228)} = \frac{(0/656 - 0/643)/(3)}{(1 - 0/656)/(228)} = 2/43$$

این F در سطح $0/05$ معنی‌داری نیست، بنابراین فرض همگنی ضرایب رگرسیونی در جامعه وجود دارد. در مرحله بعد به مقایسه نمرات گروه‌ها در پس‌آزمون با اعمال فرایند تعدیل و اصلاح^۱ پس‌آزمون به واسطه^۱ پس‌آزمون پرداخته شد.

یافته‌های پژوهش

دامنه سنی درگروه‌های آزمایش پسران ۱۳ تا ۱۸ سال با میانگین سنی $14/9$ ، درگروه کنترل پسران ۱۳ تا ۱۷ سال با میانگین سنی $14/6$ ، درگروه‌های آزمایش دختران ۱۳ تا ۱۶ سال با میانگین سنی $14/2$ و درگروه کنترل دختران ۱۳ تا ۱۶ سال با میانگین سنی $14/4$ بود. میزان تحصیلات تمامی آزمودنی‌ها سوم راهنمایی بود. یافته‌های توصیفی پژوهش در جدول ۱ آمده است.

1. adjustment

جدول ۱. میانگین و انحراف استاندارد نمرات آزمودنی‌ها در مقیاس واینلند

تعداد	انحراف استاندارد	میانگین اصلاح شده	میانگین	جنس	گروه
۳۰	۳ / ۷۷	۴۳۸/۶۴	۴۳۸ / ۸۶	پسر	رد قاطعانه
۳۰	۶ / ۴۹	۴۳۷/۸۸	۴۳۸ / ۰۶	دختر	
۶۰	۵ / ۲۸	۴۳۸/۲۶	۴۳۸ / ۴۶	کل	
۳۰	۷ / ۶۴	۴۳۶/۲۳	۴۳۶ / ۰۶	پسر	بیان قاطعانه
۳۰	۸ / ۲۱	۴۳۴/۲۷	۴۳۳ / ۹۰	دختر	
۶۰	۷ / ۹۳	۴۳۵/۲۵	۴۳۴ / ۹۸	کل	
۳۰	۴ / ۸۵	۴۳۷/۲۸	۴۳۸ / ۳۳	پسر	درخواست قاطعانه
۳۰	۸ / ۱۵	۴۳۰/۶۲	۴۲۸ / ۷۰	دختر	
۶۰	۸ / ۲۳	۴۳۳/۹۵	۴۳۳ / ۵۱	کل	
۳۰	۷ / ۳۷	۴۲۳/۸۰	۳۹۴ / ۷۶	پسر	کنترل
۳۰	۹ / ۱۰	۴۲۲/۴۷	۳۸۷ / ۳۰	دختر	
۶۰	۹ / ۰۳	۴۲۸/۳۷	۳۹۱ / ۰۳	کل	
۱۲۰	۱۹/۶۷	۴۳۳/۹۹	۴۲۷ / ۰۰	پسر	کل
۱۲۰	۲۱/۸۷	۴۳۱/۳۱	۴۲۱ / ۹۹	دختر	
۲۴۰	۲۰/۹۱	۴۳۲/۶۵	۴۲۴ / ۵۰	کل	

جدول ۲ بیانگر آن است که میان تأثیر روشهای جرأت‌ورزی رد قاطعانه، بیان قاطعانه و درخواست قاطعانه در مقایسه با گروه کنترل در افزایش سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان تفاوت معنی‌داری وجود دارد. بنابراین فرضیه اول پژوهش تأیید می‌شود.

بر اساس یافته‌های جدول ۲ می‌توان گفت که میان میانگین اصلاح شده گروههای آزمایشی و گروه کنترل با مقدار $f=۷۷/۹۶$ و درجه آزادی $df=۳$ با سطح اطمینان $۰/۹۹$ ($p<۰/۰۱$) از نظر آماری تفاوت معنی‌داری وجود دارد. مجذور ایتا حاکی از آن است که $۰/۵۰$ از تغییرات موجود در نمرات پس‌آزمون بعد از اصلاح میانگین‌های پس‌آزمون با استفاده از متغیر کمکی پیش‌آزمون به واسطه تغییرات عضویت گروهی (گروه کنترل یا آزمایش) قابل تبیین است. آزمون مقایسه‌های چند گانه بونفرونی میانگین‌های اصلاح شده ارائه شده در جدول ۳ حاکی از آن است که:

- میان میانگین گروه آزمایشی بیان قاطعانه ($\bar{X} = 435/25$) و گروه آزمایشی درخواست قاطعانه ($\bar{X} = 433/95$) با استفاده از آزمون مقایسه چندگانه بونفرونی تفاوت معنی داری مشاهده نشد ($p > 0/05$).

- میان میانگین گروه آزمایش بیان قاطعانه ($\bar{X} = 435/25$) و گروه آزمایش رد قاطعانه ($\bar{X} = 438/26$) با استفاده از آزمون مقایسه چندگانه بونفرونی تفاوت معنی داری به دست آمد ($p > 0/05$).

- میان گروه آزمایشی بیان قاطعانه ($\bar{X} = 435/25$) و گروه کنترل ($\bar{X} = 428/37$) با استفاده از آزمون مقایسه چندگانه بونفرونی تفاوت معنی داری به دست آمد ($P < 0/05$).

- میان گروه آزمایشی درخواست قاطعانه ($\bar{X} = 433/95$) و گروه آزمایش رد قاطعانه ($\bar{X} = 438/26$) با استفاده از آزمون مقایسه چندگانه بونفرونی تفاوت معنی داری مشاهده شد ($P < 0/05$).

- میان گروه آزمایش درخواست قاطعانه ($\bar{X} = 433/95$) و گروه کنترل ($\bar{X} = 428/37$) با استفاده از آزمون مقایسه چندگانه بونفرونی تفاوت معنی داری به دست آمد ($P < 0/05$).

- میان گروه آزمایش رد قاطعانه ($\bar{X} = 438/26$) و گروه کنترل ($\bar{X} = 428/37$) با استفاده از آزمون مقایسه چندگانه بونفرونی تفاوت معنی داری مشاهده شد ($P < 0/05$).

به طور خلاصه می‌توان گفت که تفاوت‌های موجود میان شش مقایسه ممکن در سه گروه آزمایش و یک گروه کنترل حاکی از آن بود که به غیر از تفاوت بین گروه‌های آزمایش بیان قاطعانه و درخواست قاطعانه، سایر تفاوت‌های مشاهده شده در گروه‌ها با $0/99$ اطمینان معنی دار بودند. یافته‌های به دست آمده بیانگر این مطلب است که همه شیوه‌های جرأت‌ورزی در مقایسه با گروه کنترل به افزایش سازگاری اجتماعی آزمودنی‌ها منجر می‌شوند و هر سه شیوه آموزشی اثربخش هستند. افزون بر این، جرأت‌ورزی به شیوه رد قاطعانه نسبت به شیوه‌های بیان قاطعانه و درخواست قاطعانه در افزایش سازگاری اجتماعی آزمودنی‌ها موثرتر است و میان تأثیر شیوه‌های بیان قاطعانه و درخواست قاطعانه تفاوت معنی داری مشاهده نشده است.

جدول ۲. نتایج تحلیل کوواریانس بر اساس متغیرهای مستقل جنس و عضویت گروهی (یک گروه کنترل با سه گروه آزمایشی) و متغیر کمکی پیش‌آزمون و متغیر وابسته پس‌آزمون در مقیاس سازگاری اجتماعی وایلند.

منابع تغییرات	SS III	df	MS	F	Sig.	N2	توان
مقدار ثابت	۹۱۰۸/۳۳	۱	۹۱۰۸/۲۳	*۲۷۳/۴۴	۰/۰۰	۰/۵۴۲	۱/۰۰
پس‌آزمون	۲۵۳۱/۰۹	۱	۲۵۳۱/۰۹	*۷۵/۹۸	۰/۰۰	۲/۴۸	۱/۰۰
جنس	۴۲۱/۱۷	۱	۴۲۱/۱۷	*۱۲/۶۴	۰/۰۰	۰/۵۲	۰/۸۳
عضویت گروهی	۷۷۹۰/۹۲	۳	۲۵۹۶/۹۷	*۷۷/۹۶	۰/۰۰	۰/۵۰۳	۱/۰۰
جنس* عضویت گروهی	۳۱۷/۰۱	۳	۱۰۵/۶۷	*۳/۱۷	۰/۰۲۵	۰/۰۴۰	۰/۵۱
خطا	۷۶۹۴/۶۱	۲۳۱	۳۳/۳۱	-----	-----	-----	-----
کل	۴۴۹۴۴۵۰/۰۰	۲۴۰	-----	-----	-----	-----	-----

*معنی‌داری در سطح ۰/۰۵

جدول ۳. مقایسه‌های چندگانه بین گروههای آزمایش و گروه کنترل در متغیر عضویت گروهی

گروه	گروه	تفاوت میانگین گروه‌ها	S.E.	Sig.	فاصله اطمینان برای تفاوتها ۹۹٪	
					حد پایین	حد بالا
بیان قاطعانه	درخواست قاطعانه	۱/۳۰	۱/۰۵۴	۱/۰۰۰	-۲/۰۵۲	۴/۶۵۴
	رد قاطعانه	-۳/۰۱	*۱/۰۵۵	۰/۰۲۸	-۶/۳۶۷	۰/۳۴۶
	کنترل	۱۲/۱۱	*۱/۰۵۸	۰/۰۰۰	۸/۷۴۹	۱۵/۴۷۸
درخواست قاطعانه	رد قاطعانه	-۴/۳۱	*۱/۰۵۶	۰/۰۰۰	-۷/۶۷۲	-۰/۹۵۱
	کنترل	۱۰/۸۱	*۱/۰۵۹	۰/۰۰۰	۷/۴۲۲	۱۴/۱۸۲
	کنترل	۱۵/۱۲	*۱/۰۵۴	۰/۰۰۰	۱۱/۷۷۰	۱۸/۴۷۸

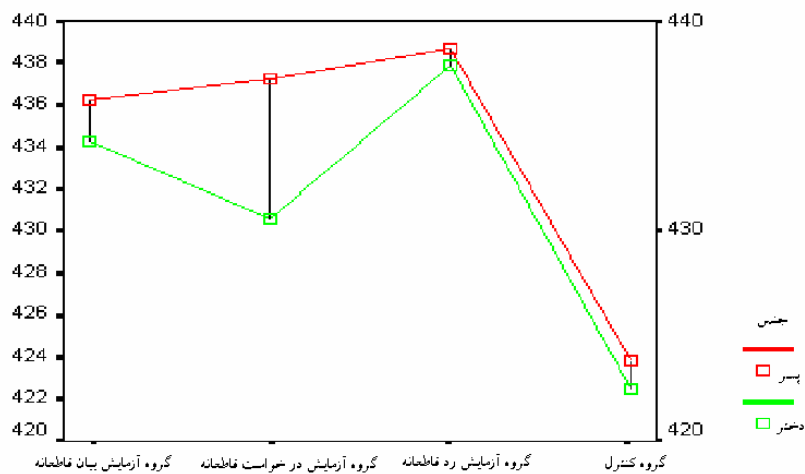
*معنی‌داری در سطح ۰/۰۵

بر اساس داده‌های جدول ۲ بررسی تأثیر متغیر جنس در نمرات پس‌آزمون (سازگاری اجتماعی وایلد) بعد از اصلاح نمره‌های پس‌آزمون به واسطه برداشتن اثر متغیر کمکی پیش‌آزمون از روی نمرات پس‌آزمون نتایج حاکی از آن بود که متغیر مستقل جنس با مقدار $f=12/64$ و درجه آزادی $df=1$ با $0/95$ اطمینان ($p < 0/00$) بر سازگاری اجتماعی نوجوانان مقطع راهنمایی مؤثر است. اما نتایج مجذور ای‌تا نشان داده است که متغیر جنس آزمودنی‌ها صرفاً $0/052$ از تغییرات متغیر وابسته سازگاری اجتماعی را تبیین می‌کند. بر اساس نتایج تجزیه و تحلیل داده‌ها، میانگین اولیه نمرات دختران و پسران به ترتیب در پس‌آزمون بدون اصلاح به ترتیب برابر $421/99$ ، $427/00$ و بعد از اصلاح به ترتیب برابر $431/31$ ، $433/99$ به دست آمده است. نتایج نشان می‌دهد که هم پیش از اعمال متغیر کمکی و هم پس از اعمال متغیر کمکی متوسط سازگاری اجتماعی پسران بیشتر از دختران بوده و نتایج در سطح آلفای برابر $0/01$ معنی دار است (نتایج جدول ۲).

برای بررسی فرضیه سوم پژوهش براساس یافته‌های جدول ۲ و نمودار ۲ می‌توان گفت که میان جنسیت و عضویت گروهی با مقدار آزمون $F=3/17$ و با درجه آزادی $df=3$ در سطح اطمینان $0/95$ ($p < 0/05$) تعامل وجود دارد. مقدار تغییرات تبیین شده در متغیر وابسته سازگاری اجتماعی بعد از تعدیل میانگین‌های تعامل جنس و عضویت گروهی $0/04$ با توان آزمون برابر $0/5$ به دست آمده است. البته باید توجه داشت که دلیل پایین بودن مقدار واریانس تبیین شده به واسطه تعامل متغیرهای مستقل جنس و عضویت گروهی به دلیل تأثیر کم جنسیت بوده است. بر اساس نتایج جدول ۲، تأثیر اثر اصلی جنسیت بسیار کم و برابر $0/052$ بوده و همین امر سبب شده است که در تعامل با عضویت گروهی، میزان تأثیر تعامل دو متغیر با وجود معنی دار بودن تعامل، ناچیز و خیلی کم باشد. با توجه به معنی داری اثر تعاملی دو متغیر مستقل بعد از اصلاح به واسطه نمره‌های متغیر کمکی پیش‌آزمون به واسطه آزمون مقایسه‌های چندگانه بونفرونی، مقایسه‌های دوتایی انجام شد. بر اساس نتایج جدول ۴ می‌توان نتیجه گرفت که تفاوت‌های مشاهده شده صرفاً در سطح مقایسه‌های زیر معنی دارند:

- میان میانگین اصلاح شده گروه آزمایش بیان قاطعانه پسران ($\bar{X} = 436/23$) و میانگین اصلاح شده گروه کنترل پسران ($\bar{X} = 423/80$) تفاوت معنی‌داری به دست آمد ($p < 0/01$).
- میان میانگین اصلاح شده گروه آزمایش بیان قاطعانه پسران ($\bar{X} = 436/23$) و میانگین اصلاح شده درخواست قاطعانه دختران ($\bar{X} = 430/62$) تفاوت معنی‌داری مشاهده شد ($p < 0/01$).
- میان میانگین اصلاح شده گروه آزمایش بیان قاطعانه پسران ($\bar{X} = 436/23$) و گروه کنترل دختران ($422/47$) تفاوت معنی‌داری به دست آمد ($p < 0/01$).
- میان میانگین اصلاح شده گروه آزمایش درخواست قاطعانه پسران ($\bar{X} = 437/28$) و گروه کنترل پسران ($\bar{X} = 423/80$) تفاوت معنی‌داری مشاهده شد ($p < 0/01$).
- میان میانگین اصلاح شده گروه آزمایش درخواست قاطعانه پسران ($\bar{X} = 437/28$) و گروه آزمایشی درخواست قاطعانه دختران ($\bar{X} = 430/62$) تفاوت معنی‌داری به دست آمده ($p < 0/01$).
- میان میانگین اصلاح شده گروه آزمایش درخواست قاطعانه پسران ($\bar{X} = 427/28$) و گروه کنترل دختران ($\bar{X} = 422/47$) تفاوت معنی‌داری مشاهده شد ($p < 0/01$).
- میان میانگین اصلاح شده گروه آزمایش درخواست قاطعانه پسران ($\bar{X} = 437/28$) و گروه کنترل پسران ($\bar{X} = 423/80$) تفاوت معنی‌داری مشاهده شد ($p < 0/01$).
- میان میانگین اصلاح شده گروه آزمایش رد قاطعانه پسران ($\bar{X} = 438/64$) و گروه آزمایش درخواست قاطعانه دختران ($\bar{X} = 430/62$) تفاوت معنی‌داری مشاهده شد ($p < 0/01$).
- میان میانگین اصلاح شده گروه آزمایش رد قاطعانه پسران ($\bar{X} = 438/64$) و گروه کنترل دختران ($\bar{X} = 422/47$) تفاوت معنی‌داری مشاهده شد ($p < 0/01$).

- بین میانگین اصلاح شده گروه کنترل پسران ($\bar{X} = 423/80$) و گروه آزمایش بیان قاطعانه دختران ($\bar{X} = 434/27$) تفاوت معنی‌داری مشاهده شد ($p < 0/01$).
- میان میانگین اصلاح شده گروه کنترل پسران ($\bar{X} = 423/80$) و درخواست گروه آزمایش درخواست قاطعانه دختران ($\bar{X} = 430/62$) تفاوت معنی‌داری مشاهده شد ($p < 0/01$).
- میان میانگین اصلاح شده گروه کنترل پسران ($\bar{X} = 423/80$) و گروه آزمایش رد قاطعانه دختران ($\bar{X} = 437/88$) تفاوت معنی‌داری مشاهده شد ($p < 0/01$).
- میان میانگین اصلاح شده گروه آزمایش درخواست قاطعانه دختران ($\bar{X} = 430/62$) و گروه آزمایش رد قاطعانه دختران ($\bar{X} = 437/88$) تفاوت معنی‌داری مشاهده شد ($p < 0/01$).
- میان میانگین اصلاح شده گروه آزمایش درخواست قاطعانه دختران ($\bar{X} = 430/62$) و گروه کنترل دختران ($\bar{X} = 422/47$) تفاوت معنی‌داری مشاهده شد ($p < 0/01$).
- میان میانگین اصلاح شده گروه آزمایش رد قاطعانه دختران ($\bar{X} = 437/88$) و گروه کنترل دختران ($\bar{X} = 422/47$) تفاوت معنی‌داری مشاهده شد ($p < 0/01$).



نمودار ۲- نمودار تفضیلی دختران و پسران در نمرات پس آزمون بعد از اعمال متغیر کمکی پیش آزمون

جدول ۴. مقایسه‌های چند گانه تعامل متغیرهای جنسی و عضویت گروهی

سطح اطمینان ۹۹٪ درصدی	حد پایین	Sig.	E.,S	تفاوت میانگین گروه (I-J)	گروه J	گروه I
۴/۳۷	۰/۶۷	۱/۰۰	۱/۴۹۷	۰/۱۰۴	درخواست قاطعانه پسر	بیان قاطعانه پسر
۲/۹۹	۰/۷۸۱	۱/۰۰	۱/۴۹۱	۰/۲۴۱	رد قاطعانه پسر	
۱۷/۸۳	۷/۰۱	۰/۰۰۰	۱/۴۹۳	*۱۲/۴۲	کنترل پسر	
۷/۳۵	۰/۳۴۴	۱/۰۰	۱/۴۹۰	۱/۹۵	بیان قاطعانه دختر	
۱۱/۰۵	۰/۱۵	۱/۰۰۷	۱/۵۰۴	*۵/۶۰	درخواست قاطعانه دختر	
۳/۷۴	۰/۷۰۵	۱/۰۰۰	۱/۴۹۱	۰/۱۶۵	رد قاطعانه دختر	
۱۹/۱۶	۸/۰۷	۰/۰۰۰	۱/۴۹۲	*۱۳/۷۵	کنترل دختر	
۴/۰۵	۰/۶۷۷	۱/۰۰	۱/۴۹۳	۰/۱۳۶	رد قاطعانه پسر	درخواست قاطعانه پسر
۱۸/۸۷	۲۸/۰۷	۰/۰۰۰	۱/۴۹۱	*۱۳/۴۷	کنترل پسر	
۸/۴۳	۰/۲۴۲	۱/۰۰۰	۱/۴۹۹	۳/۰۰	بیان قاطعانه دختر	
۱۲/۱۹	۰/۱۱۱	۰/۰۰۱	۱/۵۲۹	*۶/۶۵	درخواست قاطعانه دختر	
۴/۸۰	۰/۶۰۲	۱/۰۰	۱/۴۹۴	۰/۶۰	رد قاطعانه دختر	
۲۰/۲۱	۹/۳۹	۰/۰۰۰	۱/۴۹۲	*۱۴/۸۰	کنترل دختر	
۲۰/۲۳	۹/۴۳	۰/۰۰۰	۱/۴۹۱	*۱۴/۸۳	کنترل پسر	رد قاطعانه پسر
۹/۷۷	۰/۱۰۴	۰/۱۰۶	۱/۴۹۲	۴/۳۶	بیان قاطعانه دختر	
۱۳/۴۸	۲/۵۴	۰/۰۰۰	۱/۵۱۰	*۸/۰۱	درخواست قاطعانه دختر	
۶/۱۵	۰/۴۶۴	۱/۰۰۰	۱/۴۹۰	۰/۷۵	رد قاطعانه دختر	
۲۱/۵۶	۱۰/۷۶	۰/۰۰۰	۱/۴۹۰	*۱۶/۱۶	کنترل دختر	
۰/۵۰۵	۰/۱۵۸۸	۰/۰۰۰	۱/۴۹۵	*۰/۱۰۴۷	بیان قاطعانه دختر	کنترل پسر
۰/۱۳۱	۰/۱۲۳۲	۰/۰۰۰	۱/۵۱۹	*۰/۶۸۱	درخواست قاطعانه دختر	
۰/۸۶۷	۰/۱۹۴۸	۰/۰۰۰	۱/۴۹۱	*۰/۱۴۰۸	رد قاطعانه دختر	
۶/۷۳	۰/۴۰۷	۱/۰۰۰	۱/۴۹۰	۱/۳۳	کنترل دختر	
۹/۰۹	۰/۱۷	۰/۴۴۰	۱/۵۰۱	۳/۶۵	درخواست قاطعانه دختر	بیان قاطعانه دختر
۱/۷۹	۰/۹۰۱	۰/۴۴۵	۱/۴۹۲	۰/۳۶۱	رد قاطعانه دختر	
۱۷/۲۱	۰/۶۳۹	۰/۰۰۰	۱/۴۹۳	*۱۱/۸۰	کنترل دختر	
۰/۱۷۹	۰/۱۲۷۳	۰/۰۰۰	۱/۵۱۰	*۰/۷۲۶	رد قاطعانه دختر	درخواست قاطعانه دختر
۱۳/۶۳	۲/۶۶	۰/۰۰۰	۱/۵۱۴	*۸/۱۵	کنترل دختر	رد قاطعانه دختر
۲۰/۸۱	۱۰/۰۱	۰/۰۰۰	۱/۴۹۰	*۱۵/۴۱	کنترل دختر	

* معنی‌داری در سطح ۰/۰۵

بحث و نتیجه گیری

در زمینه فرضیه اول می‌توان گفت که شیوه‌های جرأت‌ورزی رد قاطعانه، بیان قاطعانه و درخواست قاطعانه منجر به افزایش سازگاری اجتماعی گروه‌های آزمایش می‌شوند و در بهبود رفتار سازگاران مؤثرند در حالی که عملکرد گروه کنترل تغییری نمی‌یابد. این یافته‌ها همسو با نتایج پژوهش‌های پیشین (جلالی، احمدی و مولوی، ۱۳۸۳؛ دنیلز، ۱۹۹۰؛ عباس‌نیا، ۱۳۷۹؛ پترسون و همکاران، ۲۰۰۲؛ هارگی، ساندرز و دیکسون، ۱۹۹۵؛ نیسی و شهنی بیلاق، ۱۳۸۰؛ راکز، ۱۹۹۱؛ ویس و همکاران، ۱۹۹۱؛ چن، ۱۹۹۵؛ مایر، ۱۹۹۹؛ نوتا و سورسی، ۲۰۰۳؛ لین و همکاران، ۲۰۰۴؛ ولنت و همکاران، ۲۰۰۰) هستند که مؤثر بودن شیوه‌های آموزش جرأت‌ورزی را در افزایش جرأت‌مندی، عزت نفس، بهداشت روانی، بروز رفتارهای سازگاران، کنترل رفتارهای مخرب و کاهش اضطراب اجتماعی پسران و دختران نشان می‌دهند. در توجیه این یافته‌ها می‌توان گفت که آموزش شیوه‌های جرأت‌ورزی، کمبود مهارت‌های اجتماعی دانش‌آموزانی را که با مشکلات بیشمار در سازش با محیط کلاس درس همراه‌اند، رفع می‌نماید و در نتیجه سازگاری اجتماعی را افزایش می‌دهد. افزون بر این، افزایش توانایی در تصمیم‌گیری، ارتقای توانایی در حل مسئله، افزایش توانایی تفکر خلاقانه و نقادانه و افزایش برقراری ارتباط مؤثر و سازنده در روابط میان‌فردی از پیامدهای مطلوب آموزش جرأت‌ورزی هستند که منجر به بروز رفتارهای سازگاران می‌شوند. مهمتر اینکه، در شیوه‌های جرأت‌ورزی بر خودآگاهی، همدلی، مسئولیت‌پذیری، توانایی مقابله با هیجانات و مقابله با استرس‌ها تأکید می‌شود که ارتقای این توانمندی‌ها نیز سبب افزایش رفتارهای سازگاران می‌گردد.

در زمینه فرضیه دوم نتایج پژوهش نشان داد که میان چهار گروه پسران و دختران تفاوت معنی‌دار وجود دارد. نتایج پژوهش حاضر در این زمینه با نتایج پژوهش‌های راکز (۱۹۹۱)، لین و همکاران (۲۰۰۴) و هارگی، ساندرز و دیکسون (۱۹۹۵) همسوست. اکثر پژوهش‌های فوق بر اهمیت جنسیت در تأثیر برنامه‌های جرأت‌ورزی بر عملکرد اجتماعی و رفتار سازگاران تأکید دارند و در مجموع تأثیر بیشتر این برنامه‌ها را بر افزایش جرأت‌ورزی در دانش‌آموزان پسر نسبت به دختر مورد اشاره قرار داده‌اند. اگرچه نتایج پژوهش هارگی، ساندرز و دیکسون (۱۹۹۵) حاکی از آن است که شیوه‌های جرأت‌ورزی

بر رفتار اجتماعی دانش‌آموزان دختر در مقایسه با دانش‌آموزان پسر تأثیر بیشتری دارد و رفتار سازگاران آنها را به خوبی تقویت می‌نماید. نوتا و سورسی (۲۰۰۳) در توجیه این یافته‌ها اظهار می‌کنند که آموزش جرأت‌ورزی به این دلیل بر پسران اثری نیرومندتر دارد که پسرها در روابط اجتماعی خود، تحرک و پویایی را ترجیح می‌دهند و در صورت آموزش‌های تقویت‌کننده مهارت‌های اجتماعی، رفتارهای مقتدرانه‌ای از خود بروز می‌دهند، در حالی که این موضوع در دختران کمتر دیده می‌شود. در توجیه دیگری به عقیده پترسون و همکاران (۲۰۰۲) می‌توان تفاوت اثربخشی آموزش جرأت‌ورزی در دختران و پسران را به تفاوت‌های فرهنگی نسبت داد، چون در اغلب فرهنگ‌ها، از پسرها بیشتر جرأت‌ورزی و جسارت انتظار دارند تا دخترها (پترسون و همکاران، ۲۰۰۲).

در زمینه فرضیه سوم نتایج پژوهش نشان داد که تعامل میان چهارگروه و جنسیت معنی‌دار است. شیوه‌های جرأت‌ورزی رد قاطعانه و بیان قاطعانه در پسران و دختران تقریباً به یک اندازه اثربخش هستند، اما شیوه جرأت‌ورزی درخواست قاطعانه در پسران اثربخش‌تر است. همچنین پسران و دختران در گروه کنترل تفاوت معنی‌دار ندارند. این یافته‌ها نیز با نتایج پژوهش‌های هارگی، ساندرز و دیکسون (۱۹۹۵)، نوتا و سورسی (۲۰۰۳) و راکز (۱۹۹۱) همسوست. همان‌گونه که هارگی و همکاران (۱۹۹۵) ابراز می‌کنند، می‌توان این یافته را این‌گونه تبیین کرد که رفتارهای جرأت‌ورزانه و ابراز وجود، تحت تأثیر نقش جنسی فرد و انتظارات جنسی وی قرار دارد. می‌توان این یافته را این‌گونه تبیین نمود که رفتارهای جرأت‌ورزانه فرد در تعامل با نقش و انتظارات جنسی افراد و تحت تأثیر عوامل فرهنگی و میزان مهارت وی در ابراز وجود نمایان می‌گردد.

نتایج نهایی حاکی از آن بود که در مجموع شیوه‌های جرأت‌ورزی رد قاطعانه، بیان قاطعانه و درخواست قاطعانه بر سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان پسر و دختر دوره راهنمایی شهرضا مؤثر بوده و باعث افزایش جرأت‌ورزی و رفتار سازگاران در آنان شده است. افزون بر این بهبود عملکرد اجتماعی پسران به طور معنی‌داری بیشتر از دختران است. با توجه به نتایج این پژوهش و پژوهش‌های پیشین، می‌توان نتیجه گرفت که آموزش جرأت‌ورزی در افزایش جرأت‌ورزی دانش‌آموزان مفید است و برنامه‌های آموزش جرأت‌مندی در پسران و دختران سودمند و مؤثر هستند. در توجیه نتایج متناقض پژوهش‌ها در

این زمینه باید تفاوت خرده فرهنگ‌ها، انتظارات متفاوت از دو جنس، زمان آموزش، مهارت‌های متفاوت آموزش دهنده، تفاوت در شدت جرأت‌ورزی، اضطراب و دیگر حالات افراد مورد پژوهش و حذف افراد با اضطراب شدید را از بعضی پژوهش‌ها بیان کرد.

در مجموع نتیجه پژوهش بر اصالت و اهمیت شیوه‌های جرأت‌ورزی رد قاطعانه، بیان قاطعانه و درخواست قاطعانه در بهبود و ارتقای بهداشت روان دانش‌آموزان مقطع راهنمایی اشاره دارد و برای موقعیت‌های آموزشی دارای مضامین کاربردی است.

با توجه به محدودیت جامعه آماری پژوهش، نتایج این پژوهش قابل تعمیم به جامعه‌های دانش‌آموزی شهرها یا شهرستانهای دیگر، بخصوص شهرها یا شهرستانهایی با ویژگیهای فرهنگی، قومی و آموزشی بسیار متفاوت با شهرستان شهرضا نیست و لازم است در تعمیم دهی نتایج این پژوهش بسیار محتاط بود. از این گذشته، این پژوهش به کارایی شیوه‌های جرأت‌ورزی در دانش‌آموزان اشاره دارد و نشان می‌دهد که چنین برنامه آموزشی برای دانش‌آموزان مؤثر است، ولی مشخص نمی‌کند که آیا این شیوه‌ها می‌توانند در مورد همه افراد با شرایط متفاوت و در موقعیت‌های گوناگون مؤثر باشند یا نه؟ بنابراین از نظر سودمندی بالینی محدودیت دارد و نمی‌توان میزان و کیفیت نتایج به دست آمده را بعنوان ملاک قطعی اثربخشی متغیرهای فوق منظور نمود.

با توجه به ضرورت برنامه‌های هداستارت^۱ (برنامه‌هایی که متمرکز بر پیشگیری اولیه هستند مثل برنامه‌های جرأت‌آموزی) پیشنهاد می‌شود پژوهش‌هایی مشابه روی دانش‌آموزان سایر شهرها و روستاهای کشور صورت بگیرد تا نتایج پربارتری را به دست آید تا بتوان برای ارتقای بهداشت روان دانش‌آموزان برنامه‌ای اساسی را پی ریزی کرد. به همین دلیل پیشنهاد می‌شود حتی‌المقدور پژوهشی آزمایشی در این زمینه اجرا شود تا اثربخشی راهبردهای مداخله‌ای بموقع در برطرف نمودن مشکلات تحصیلی و شخصی دانش‌آموزان مشخص شود. همچنین، قبل از آموزش برنامه‌های جرأت‌ورزی، نیازسنجی در

1. headstart

این زمینه صورت بگیرد و چنین آموزش‌هایی با توجه به نیازمندی‌ها دانش‌آموزان طراحی شود تا بتوان نیازهای واقعی دانش‌آموزان را برطرف کرد و آموزشها مثمرتر واقع شوند.

با استناد به یافته‌های حاصل از پژوهش حاضر، برای دست‌اندرکاران و سیاست‌گذاران تعلیم و تربیت در مقطع راهنمایی کاربردهای عملی پیشنهاد می‌شود:

- آموزش مهارت‌های اجتماعی با تأکید بر مولفه‌های جرأت‌ورزی رد قاطعانه، بیان قاطعانه و درخواست قاطعانه می‌تواند به عنوان آموزش فوق‌برنامه کارآمد و مؤثر در ارتقای بهداشت روانی دانش‌آموزان مدنظر قرار گیرد و به صورت دوره‌های آموزش فوق‌برنامه تدریس شود. لازمه این امر تأکید بر آموزش معلمان در برنامه‌های ضمن خدمت است.

- با توجه به اینکه در منابع پژوهشی به تفاوت‌های فرهنگی در میزان جرأت‌ورزی دختران و پسران اشاره شده است و نیز با توجه به یافته‌های پژوهش حاضر که پسران در زمینه‌های جرأت‌ورزی و تأثیرپذیری از دوره‌های جرأت‌ورزی بهتر و تأثیرپذیرتر از دختران عمل کرده‌اند، بهتر است در برنامه‌های آموزش جرأت‌ورزی آتی بر مولفه فعال‌سازی جرأت‌ورزی و مهارت‌های اجتماعی خاص گروه دختران و نیز ارتقای بهداشت روانی آنها تأکید خاص ملحوظ شود.

- با توجه به تفاوت‌های معنی‌دار حاصله از مقایسه گروه‌های آزمایشی و کنترل که نشان‌دهنده تأثیر معنی‌دار آموزش جرأت‌ورزی در بهبود رفتارهای سازگاران گروه‌های آزمایش پژوهش حاضر است لازم است آموزش جرأت‌ورزی در برنامه‌های پیشگیرانه انجمن اولیاء و مربیان سازمان‌ها، ادارات و مدارس آموزش و پرورش گنجانیده شود.

سپاسگزاری

از کلیه مدیران، معاونان، معلمان و مربیان مدارس مورد پژوهش به خاطر همراهی، همکاری و تحمل همه زحمات تشکر و قدردانی می‌نمائیم و از همه دانش‌آموزانی که ما را در این امر یاری فرمودند، بی‌نهایت سپاسگزاریم. از سرکارخانم فرحناز ایزدی به سبب همکاری ثمربخش و همدلی صمیمانه‌شان فرآیند اجرای پژوهش بی‌نهایت سپاسگزاریم.

منابع

- بیان زاده، سید اکبر؛ نوری قاسم آبادی، ربابه، و بوالهروی، جعفر (۱۳۸۲). مشاوره ساخت رفتار سالم به منظور پیشگیری از ایدز در نوجوانان. واحد انتشارات انستیتو روانپزشکی تهران- مرکز همکاریهای مشترک سازمان جهانی بهداشت در بهداشت روان.
- ثابتی، فهیمه؛ شهنی بیلاق، منیجه (۱۳۷۷). تأثیر آموزش مهارت‌های اجتماعی در کاهش ناسازگاریهای اجتماعی- عاطفی دانش‌آموزان پسر ناسازگار دبستانی اهواز. مجله علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه شهید چمران اهواز، دوره سوم، سال پنجم، شماره های ۳ و ۴، صص: ۱۶-۱.
- جلالی، مهدی؛ احمدی، سید احمد؛ مولوی، حسین (۱۳۸۳). بررسی تأثیر جرأت‌ورزی گروهی به شیوه‌های شناختی- رفتاری و رفتاری بر رفتار جرأت‌مندانه دانش‌آموزان کم جرأت پسر دبیرستانی. تازه‌ها و پژوهش‌های مشاوره، جلد اول، شماره ۹ و ۱۰، صص: ۸۲-۶۰.
- حکمتی، بهنام (۱۳۸۱). بررسی رابطه‌ی جرأت‌ورزی و خلاقیت در بین دانش‌آموزان سال دوم متوسطه دبیرستان‌های شهر تهران. فصلنامه پیام مشاور، ۱۰۱، ۷-۸۱.
- عباس‌نیا، م (۱۳۷۹). تأثیر آموزش قاطعیت بر میزان قاطعیت ورزشی و عزت نفس دانش‌آموزان کم جرأت. پایان‌نامه جهت دریافت مدرک کارشناسی ارشد. تهران. دانشگاه علامه طباطبائی. صص ۴۸-۴۲.
- قامت‌بلند، حمیدرضا؛ توکلی، محمدعلی؛ بقولی، حسین (۱۳۷۶). هنجاریابی مقیاس رفتار سازگاران و اینلند در گروه سنی ۱۱ تا ۱۸ سال و ۱۱ ماه در ایران. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی. انستیتو روانپزشکی تهران.
- نیسی، عبدالکاسم؛ شهنی بیلاق، منیجه (۱۳۸۰). تأثیر آموزش ابراز وجود بر ابراز وجود، عزت نفس، اضطراب اجتماعی و بهداشت روانی دانش‌آموزان پسر مضطرب اجتماعی دبیرستانی شهرستان اهواز. مجله علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه شهید چمران اهواز، دوره سوم، سال هشتم، شماره های ۱ و ۲، صص: ۳۰-۱۱.
- سرمد، زهره (۱۳۸۴). آمار استنباطی: گزیده‌ای از تحلیل‌های آماری تک متغیره، تهران: انتشارات سمت.

Alberti, R.E., Emmons, M.L. (1977). *Your Perfect Right*. Human Sciences Press.

Alberti, R.E., Emmons, M.L. (2001). *Your Perfect Right: Assertiveness and Equality in Your Life and Relationships*. Eight ed. Impact Publishers, Atascadero, CA, USA.

Aschen SR. (1997). Assertive training therapy in psychiatric milieus. *Archive of psychiatric nursing*, 11 (1): 46- 51.

Atiqullah, M(1964). the robustness of the covariance analysis of one-way classification. *Journal of biometrika*, voh.51, No 365.

Bonute,P.(2000). *Analysis of Pretest and posttest in Designing*. Chapman Hall/ CRC.

Cairns, R.B., Leung, M.C., Buchanan, L., & Cairns, B.D.(1995). Friendships and social network in children and adolescence: fluidity, reliability, and interrelations. *Child Development*, 66(5):1330-1343.

Chen, S.R. (1995). *The Effect of Assertion Training on Assertiveness and Personality Trait*. Unpublished Thesis. University of National Taiwan Normal, Taipei.

Chimienti,G.,& Trilivas, S.(1995). Cognitive and behavioral effects of social skills training on Greek and Lebanese elementary school children. *International Journal of Mental Health*, 23(4), 53-68.

Deniels, A.J.(1990). *Social Skills Training of Primary age children*. *Educational Psychology in Practice*, 6(3):159-162.

Hargie,O., Saunders, C., & Dickson, D.(1995). *Social Skills in interpersonal Communication*. Third edition. London: Rutledge.

Kirk, R. E.(1982). *Experimental Design: procedure for the Behavioral sciences*, Brooks/Cole, Belmont. C. A

Landazabal, M.G. (2001). Assessment of a cooperative-creative program of assertive behavior and self-concept. *Spanish Journal of Psychology*, 2 (1), 3-10.

Lent RW, Brown SD, Hackett G. (2000). Contextual supports and barriers to career choice. *Journal of Counseling Psychology*. 47(6): 36-49.

Lin, Y. R., Shiah,I. S., Chang, Y.C., Lai, T.J., Wang, K.Y., & Chou, K.R.(2004). Evaluation of an assertiveness training program on nursing

and medical students' assertiveness, self-esteem, and interpersonal communication satisfaction. *Nurse Education Today*.24, 656-665.

Meyer, M.M. (1991). The effects of assertion training on assertive behaviors, self-acceptance, self-concept, and locus-of-control. *Dissertation Abstracts International*, 52 (4- B), 2331.

Nota L, Soresi S.(2003). An assertiveness training program for indecisive student attending an Italian University. *Career Development Quarterly*, 15(4): 47-63.

Overall, J.E . (1993) .letter to the editor: the use of inadequate corrections for baseline imbalance remains a serious Problem, *Journal of Biopharm. Stat.*, vol.3, P.271.

Paterson M, Green YM, Basson CY, Ross F. (2002). Probability of assertive behavior, interpersonal anxiety and self-efficacy of South African register dietitians. *Journal of Hom Nutr. Diet.* 15 (1): 9-17.

Rakes, R.F.(1991).Assertive behavior therapy: research and Training. London and New York by Rutledge.

Senn,s.(1994). Testing for baseline differences in clinical trails, *Journal of statistical Medicine*, vol, 13, P.1715.

Stuart,G.W.,& Sundeen,S.J.(1995).Principles and Practice of Psychiatric Nursing. Fifth Edition, St.Louis: Mosby.

Taylor, S.E. (1995).Health Psychology. Third edition .New York: McGraw Hill.

Verduyn, C.M., Lord, W., & Forrest, G.C. (1990).Social Skills training in school: an evaluation study. *Journal of Adolescence*, 13:3-16.

Weston, C., Went, F. (1999). Speaking up for you: description and evaluation of an assertiveness training group for people with learning disabilities. *British Journal of Disabilities*, 27 (3), 110–115.

Wise, K.L., Bundy, K.A., Bundy, E.A., Wise, L.A. (1991). Social skills training for young adolescents. *Adolescence*, 26 (101), 233–241.