

دانش و پژوهش در روان‌شناسی

دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان (اصفهان)

شماره شانزدهم - تابستان ۱۳۸۲

صص ۲۸ - ۱۷

تأثیر آموزش ابراز وجود بر رفتار خود ابرازی دانش آموزان مقطع دبیرستان شهرستان نایین

اصغر آقایی^۱ - مختار ملک پور^۲ - غلامرضا عجمی^۳

چکیده

هدف از این پژوهش، بررسی میزان تأثیر آموزش ابراز وجود بر رفتار خود ابرازی دانش آموزان مقطع متوسطه شهرستان نایین و نیز مقایسه میزان تأثیر این آموزش بود. از اهداف دیگر پژوهش، بررسی رابطه ابراز وجود با عملکرد تحصیلی و وضعیت اقتصادی این دانش آموزان است.

شیوه نمونه گیری به صورت خوشه‌ای تصادفی انجام گرفت. بدین منظور ۴۰ نفر از دانش آموزان دختر و پسر (۲۰ دختر و ۲۰ پسر) در سال تحصیلی ۸۱-۱۳۸۰ که در پرسشنامه خود ابرازی پایین‌ترین نمره را به دست آورده بودند، به طور تصادفی در دو گروه آزمایش و دو گروه گواه قرار گرفتند. آموزش ابراز وجود بر روی گروههای آزمایش به اجرا درآمد و گروههای گواه این آموزشها را دریافت نکردند. طول مدت آموزش سه هفته و به طور متوالی بود. پرسشنامه ابراز وجود، قبل از آموزش به عنوان پیش آزمون و پس

۲- دانشیار دانشگاه اصفهان.

۱- استادیار دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان.

۳- کارشناس ارشد روان‌شناسی.

از آموزش به عنوان پس آزمون بر روی گروه‌های گواه و آزمایش اجرا گردید. سوالات پرسشنامه قبل از اجرا تحلیل شد و ضریب آلفای کرونباخ آزمون برابر با 0.7 / محاسبه گردید.

نتایج تحلیل کوواریانس نشان داد که آموزش ابراز وجود در گروه آزمایش به طور معنی‌داری رفتار خود ابرازی را نسبت به گروه گواه افزایش داد ($p=0$)، همچنین، تفاوت بین میانگین نمرات ابراز وجود در پسران و دختران معنی‌دار بود ($p=0.04$)، و میانگین نمرات ابراز وجود در دانش‌آموزان پسر بیش از دانش‌آموزان دختر به دست آمد.

نتایج تحقیق همچنین نشان داد که بین نمرات ابراز وجود و عملکرد تحصیلی رابطه وجود دارد ($P=0.02$)، ولی این رابطه برای وضعیت اقتصادی، تحصیلات مادر و پدر، تعداد اعضای خانواده، سن و پایه دانش‌آموز معنی‌دار نبود.

کلید واژه‌ها: آموزش ابراز وجود، رفتار خود ابرازی، عملکرد تحصیلی.

مقدمه

مبحث ابراز وجود^۱ را نخستین بار اندرو سالتر^۲ (۱۹۴۹)، مطرح کرد. او از افکار پاولف دربارهٔ برانگیختگی و بازداری^۳، تأثیر پذیرفته بود، سالتر عقیده داشت که بعضی از افراد بیشتر متمایل به عمل‌مداری^۴ هستند و حالت برانگیختگی زیادی دارند. بعضی دیگر بیشتر به حالت نوروتیک متمایل‌اند، یعنی حالت بازداری در آنها بیشتر است. منظور سالتر از برانگیختگی، حالتی است که در آن افراد می‌توانند تمام توان‌های خود را چه از نظر شناختی و چه از نظر عاطفی به فعل برسانند (فقیرپور، ۱۳۷۷). به عقیده جاکوبسکی^۵ (۱۹۷۳) افرادی که رفتار خود ابرازی نسبتاً پایینی نشان می‌دهند باور ندارند که در احساسات، باورها یا عقایدشان حقی دارند. این افراد این اصل را که احساسی شبیه دیگران دارند، رد می‌کنند. در نتیجه آنها نمی‌توانند زمینه‌های اعتراض علیه سوء استفاده یا بد رفتاری را پیدا کنند. این امر نشان می‌دهد که ادراکات، عقاید،

1- Assrtiveness

2- Andrew Salter

3- Excitation and inhibition

4- Action-oriental

5- Jakubowski

احساسات و خواسته‌هایشان را نسبت به دیگران کمتر مهم یا درست می‌دانند (به نقل از دیویس، اشلمن و مک‌کی^۱، ۱۹۸۸).

آموزش ابراز وجود^۲، یکی از روشهایی است که ممکن است به افراد کمک کند تا مهارتهای مورد نیاز در تعاملات اجتماعی را فراگیرند و بتوانند احساسات و خواسته‌هایشان را با در نظر گرفتن احساسات و خواسته‌های دیگران بیان کنند. عابدی، روشهای مورد استفاده در آموزش ابراز وجود را شامل روشهای شناختی و رفتاری می‌داند. در تکنیک‌های شناختی این اصل مورد توجه قرار می‌گیرد که فرد به علت شناخت‌های غلط و تحریفات شناختی، از انجام رفتار ابراز وجود امتناع می‌کند. روشهای رفتاری بر آموزش گام به گام و تدریجی رفتارهای توأم با ابراز وجود تأکید می‌کند (عابدی، ۱۳۷۸، ص ۱۷)، روشهای شایع مورد استفاده در آموزش ابراز وجود شامل روش تمرین رفتار^۳، روش حداقل پایین مؤثر^۴ و روش شدت بخشی^۵ می‌باشد.

فرانکوئیز و همکاران^۶ (۱۹۹۹)، بهبود رفتار دانش‌آموزان در کلاس را با استفاده از راهبردهای انضباط خود ابرازانه نشان داده‌اند. این محققان تعدادی از دانش‌آموزان را که دارای مشکلات رفتار گسیخته، نداشتن انگیزش و موفقیت تحصیلی ضعیف بودند، انتخاب کردند. مداخلات به صورت چند عاملی انجام شد و شامل انضباط خود ابرازانه و شیوه‌های آموزشی بود. اطلاعات پس از مداخله آشکار کرد که این راهبردها تأثیر مثبت و معنی‌داری بر متغیرهای مورد مطالعه داشته است. تامسون و همکاران (۱۹۹۶)، یک برنامه درسی آموزش ابراز وجود را به ۲۲ دانش‌آموز دبیرستانی ارائه دادند. مؤلفه شناخت و نگهداری اطلاعات رمزی خود ابرازی با پیش‌آزمون‌ها و پس‌آزمون‌های چند گزینه‌ای اندازه‌گیری گردید. مؤلفه‌های عملکرد، جنبه‌های کلامی و غیرکلامی رفتار خود ابرازی را در بر می‌گرفت که در موقعیت‌های بازی نقش اندازه‌گیری می‌شد. هنگامی که گروههای آزمایش با گروههای گواه در ارزیابی شناختی مقایسه شدند، تأثیرات معنی‌داری برای درمان، ارزشیابی و تعامل آنها به دست آمد. کومو و هایبرت^۷ (۱۹۹۷)، نیز در بررسی مفهوم‌سازی درباره خصیصه‌هایی از ابراز وجود که با تعداد

1- Daviss, Eshelman & Makey

2- Assertiveness training

3- Behavior rehearsal

4- Minimal Effect Response

5- Escalating

6- Francois et al

7- Comeau & Hiebert

۹ شرکت‌کننده در آغاز و پایان یک برنامه آموزش گروهی ابراز وجود مورد ارزیابی قرار می‌گرفت، متوجه شدند، شرکت‌کنندگانی که در آموزش شرکت کرده بودند، تا حد زیادی از برنامه‌های ابراز وجود استفاده نمودند. در بررسی دیگری استوارت و لی‌وایس (۱۹۸۶)، تأثیر آموزش ابراز وجود را بر رفتار خود ابرازی و عزت نفس دانش‌آموزان دبیرستانی سیاهپوست مورد تحقیق قرار دادند. نتایج تفاوت معنی‌داری بین نمرات پسران و دختران در ثبت اندازه‌های ابراز وجود به دست داد.

بهرامی (۱۳۷۵)، جرأت‌ورزی را به عنوان یک روش صرفاً رفتاری و نیز تلفیقی از جرأت‌ورزی و بازسازی منظم منطقی، بر روی سه گروه از دانش‌آموزان مضطرب اجتماعی دوره راهنمایی اجرا نمود. نتایج نشان داد که مداخله جرأت‌ورزی به‌تنهایی به عنوان یک تکنیک رفتاری و نیز تلفیقی از مداخله‌های جرأت‌ورزی و درمان‌شناختی، هر دو در بهبود نوجوانان مبتلا به اضطراب اجتماعی مؤثر می‌باشند.

با توجه به مطالعات انجام شده مبنی بر تراکم جمعیت دانش‌آموزان در دوره دبیرستان و نیز میزان بالای رفتار توأم با عدم ابراز وجود در این دوره اهمیت پژوهش فوق مشخص می‌گردد. هارجی و همکاران^۱، در زمینه اهمیت و لزوم آموزش ابراز وجود معتقدند: «وقتی افراد متوجه شدند که دیگران حقوق آنها را مراعات نمی‌کنند، آزرده، خشمگین و ناراحت می‌شوند. این مشکل ریشه‌های تربیتی دارد و ناشی از پرورش آنها به دست والدینی بسیار سختگیر است که فرزندان خود را می‌بینند؛ اما حرفهای آنها را نمی‌شنوند. این‌گونه افراد در مدرسه یاد می‌گیرند که معلمان بچه‌های ساکت را دوست دارند، ولی آنها بعدها به سختی می‌توانند بر سلطه‌پذیری‌های بازمانده از دوران تحصیل و آموزشهای خانوادگی خویش فایز آیند» (هارجی و همکاران، ۱۹۹۴، ص ۳۱۸).

هدف پژوهش فوق بررسی تأثیر آموزش ابراز وجود بر رفتار خود ابرازی دانش‌آموزان دختر و پسر دبیرستانی و نیز مقایسه میزان تأثیر این آموزشها در این افراد است. بدین منظور از روشهای آموزش اصول نظری ابراز وجود، آموزش مهارتهای ارتباطی کلامی و غیرکلامی، الگوسازی، ایفای نقش و تمرین رفتار به منظور افزایش رفتار خود ابرازی در آنها استفاده گردید. پژوهشهای زیادی موفقیت‌آمیز بودن روشهای

آموزش ابراز وجود را مورد بررسی قرار داده‌اند؛ اما میزان تأثیر این آموزشها در دختران و پسران مورد بررسی قرار نگرفته است. پژوهش حاضر میزان تأثیر این آموزشها را در دختران و پسران به صورت تحلیل آماری مورد بررسی قرار داده است.

روش

این پژوهش، تجربی از نوع تحقیقی و طرح تحقیق آن پیش‌آزمون، پس‌آزمون با چهار گروه می‌باشد.

متغیرهای مستقل در این تحقیق شامل: هشت جلسه آموزش ۲ ساعته ابراز وجود که به صورت گروهی در ۳ هفته پیاپی بر روی گروه آزمایش انجام گردید، و نیز جنسیت، یعنی میزان تأثیر آموزش ابراز وجود در پسران و دختران (تعامل یا تأثیر متقابل آموزش و جنسیت)، بوده است. متغیر وابسته، رفتار خود ابرازی و متغیرهای همگام، سن، سطح اقتصادی، معدل، شغل پدر و... بودند که با تحلیل کوواریانس تحت تسلط آماری قرار گرفتند. جامعه آماری در این تحقیق، کلیه دانش‌آموزان دختر و پسر دبیرستانی شهر نایین در سال تحصیلی ۸۱-۸۰ بوده و برای نمونه‌گیری از شیوه نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای استفاده گردید. ابزار آماری مورد استفاده این پژوهش دو پرسشنامه بوده است:

۱- پرسشنامه خود ابرازی: این پرسشنامه شامل ۲۰ سؤال است و ضریب پایایی (آلفای کرونباخ) آن برابر با 0.7 محاسبه گردید.

۲- پرسشنامه ویژگیهای جمعیت‌شناختی دانش‌آموزان و والدین آنها.

پس از اجرای پرسشنامه خود ابرازی، ۴۰ نفر از دانش‌آموزان دختر و پسر که پایین‌ترین نمره (۴۱ به پایین) را در این آزمون به دست آورده بودند، انتخاب شدند و به طور تصادفی در دو گروه آزمایش دختر و پسر و دو گروه گواه دختر و پسر، جایگزین گردیدند. سپس در گروههای آزمایش، ۸ جلسه ۲ ساعته آموزش ابراز وجود در ۳ هفته پیاپی اعمال شد. برای آموزش ابراز وجود از شیوه آموزش قاطعیت فنسترهایم و بر^۱ (۱۹۷۷)، استفاده گردید. به منظور تجزیه و تحلیل یافته‌ها از روش تحلیل کوواریانس استفاده شد. تمام این تحلیل‌های آماری با استفاده از نرم‌افزار SPSS انجام گرفت.

آزمون فرضیه‌های تحقیق

فرضیه ۱: آموزش ابراز وجود در گروه آزمایش رفتار خود ابرازی را به طور معنی داری نسبت به گروه گواه افزایش می دهد.

نتایج تحلیل کوواریانس تأثیر آموزش ابراز وجود و جنسیت بر رفتار خود ابرازی دانش آموزان در جدول ۱ ارائه شده است:

جدول ۱- تحلیل کوواریانس تأثیر آموزش ابراز وجود و جنسیت بر افزایش نمرات خود ابرازی

متغیرهای مستقل و وابسته	مجموع مجذورات آزادی	درجه آزادی	واریانس ضریب F	معنی دار بودن	میزان تأثیر یا رابطه
پیش آزمون ابراز وجود	۷۲۲/۹۵	۱	۷۲۲/۹۵	۰	۰/۴۳
عضویت گروهی	۱۱۸/۳۸	۱	۱۱۸/۳۸	۰	۰/۵۴
جنسیت	۱۵۴/۶۱	۱	۱۵۴/۶۱	۰/۰۵	۰/۱۴
عضویت × جنسیت	۸۶/۶۷	۱	۸۶/۶۷	۰/۱۳	۰/۸
وضعیت اقتصادی	۵۴/۰۴	۱	۵۴/۰۴	۱/۵۱	۰/۰۵
عملکرد تحصیلی	۲۱۵/۸۹	۱	۲۱۵/۸۹	۶/۰۶	۰/۱۸
تحصیلات مادر	۱۶/۸۷	۱	۱۶/۸۷	۰/۴۷	۰/۰۱
تحصیلات پدر	۳۷/۹۳	۱	۳۷/۹۳	۱/۰۶	۰/۰۳
حجم خانواده	۱/۱۴	۱	۱/۱۴	۰/۰۳	۰/۰۱
سن	۱۸/۸۹	۱	۱۸/۸۹	۰/۵۲	۰/۰۱
پایه	۳۱/۸۵	۱	۳۱/۸۵	۰/۸۹	۰/۰۳

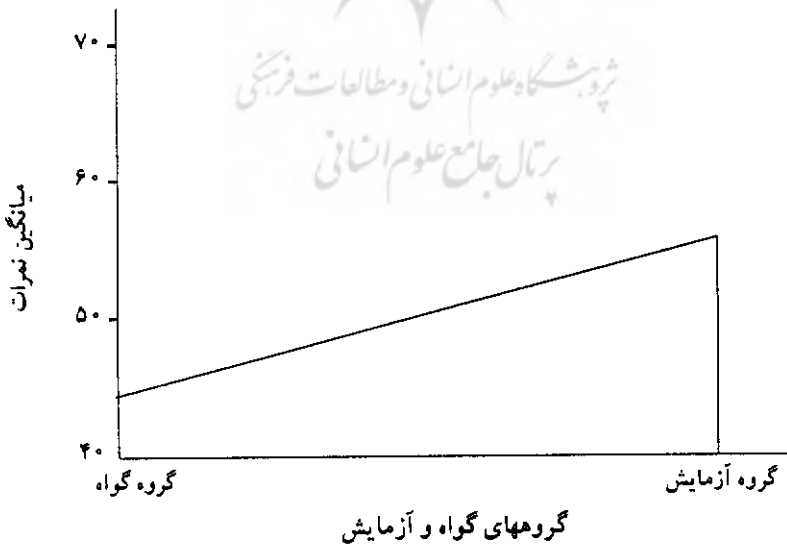
چنانکه در جدول ۱ مشاهده می شود تفاوت بین دو گروه معنی دار است ($p=0$) لذا فرضیه ۱ تأیید می شود. میزان این تفاوت یا تأثیر آموزش ۰/۵۴ است. یعنی ۵۴ درصد واریانس نمرات، (تفاوتهای فردی در نمرات افزایش)، مربوط به عضویت گروهی یا تأثیر آموزش بوده است.

تأثیر آموزش ابراز وجود بر رفتار خود ابرازی ... / ۲۳

میانگین‌های نمرات افزایش ابراز وجود دو گروه در جدول ۲ و نمودار ۱ ارائه شده است.

جدول ۲- میانگین‌های برآورد شده و انحراف استاندارد نمرات ابراز وجود گروه‌های آزمایشی و گواه پس از بررسی پیش‌آزمون

گروه	میانگین	انحراف استاندارد
گروه آزمایش	۵۶/۶۶	۹/۶۰
گروه گواه	۴۴/۵	۷/۲۶



نمودار ۱- میانگین نمرات ابراز وجود در دو گروه آزمایشی و گواه

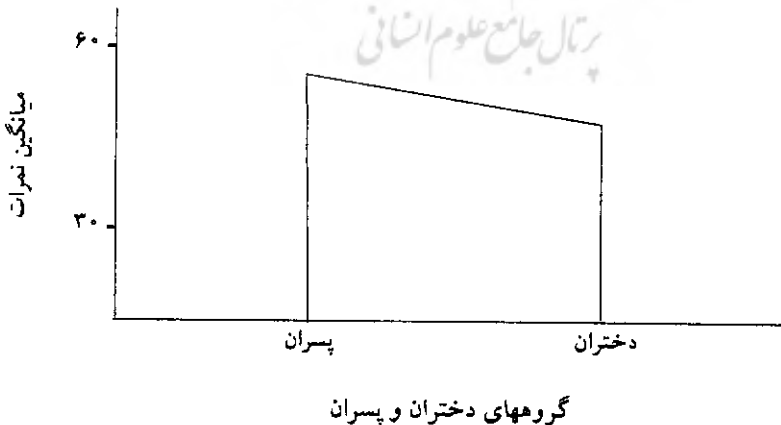
چنانکه مشاهده می‌شود افزایش ابراز وجود در گروه آزمایشی بیشتر از گروه گواه بوده است.

فرضیه ۲: بین میانگین نمرات ابراز وجود در پسران و دختران تفاوت وجود دارد.

چنانکه در جدول ۱ مشاهده می‌شود این تفاوت معنی‌دار است ($p=0/05$)، لذا فرضیه ۲ تأیید می‌شود. میزان این تفاوت ۱۴/۰ است. یعنی ۱۴ درصد واریانس نمرات ابراز وجود مربوط به تفاوت‌های جنسی می‌باشد. میانگین‌ها و انحراف استانداردهای برآورد شده نمرات ابراز وجود دانش‌آموزان پسر و دختر پس از بررسی سایر متغیرها در جدول ۳ و نمودار ۲ ارائه شده است.

جدول ۳- میانگین‌های برآورد شده و انحراف استاندارد نمرات ابراز وجود در دو گروه دانش‌آموزان پسر و دختر

گروه	میانگین	انحراف استاندارد
پسران	۵۳/۰۹	۱۱/۸۸
دختران	۴۸/۰۶	۱۰/۹۱



نمودار ۲- میانگین‌های برآورد شده نمرات ابراز وجود در دو گروه دانش‌آموزان پسر و دختر

چنانکه مشاهده می‌شود میانگین نمرات ابراز وجود در دانش‌آموزان پسر بیشتر از دانش‌آموزان دختر بوده است.

فرضیه ۳: بین نمرات ابراز وجود و وضعیت اقتصادی رابطه وجود دارد.

نتایج جدول ۱ نشان می‌دهد که این رابطه معنی‌دار نیست ($p=0/22$)، لذا فرضیه ۳ تأیید نمی‌شود. یعنی طبقات اقتصادی بالا از نظر ابراز وجود با طبقات متوسط و پایین تفاوتی ندارد.

فرضیه ۴: بین نمرات ابراز وجود و عملکرد تحصیلی رابطه وجود دارد. چنانکه در جدول ۱ مشاهده می‌شود این رابطه معنی‌دار است ($p=0/02$)، لذا فرضیه ۴ تأیید می‌گردد. میزان این رابطه (واریانس مشترک) $0/18$ است. یعنی ۱۸ درصد واریانس نمرات ابراز وجود مربوط به واریانس نمرات عملکرد تحصیلی می‌باشد. این رابطه مثبت است ($r=+0/42$).

یافته‌های فرعی

چنانکه در جدول ۱ مشاهده می‌شود رابطه بین نمرات ابراز وجود و متغیرهای زیر معنی‌دار نبود. تحصیلات مادر و پدر، تعداد اعضای خانواده، سن و پایه دانش آموز.

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج حاصل از فرضیه اول نشان می‌دهد که آموزش ابراز وجود در گروه آزمایشی رفتار خود ابرازی را به طور معنی‌داری نسبت به گروه گواه افزایش می‌دهد.

نتایج حاصل از این فرضیه با نتایج یافته‌های تامسون و همکاران (۱۹۹۶) و بهرامی (۱۳۷۴)، همخوانی دارد. علت تأثیر آموزش تغییرات شناختی و رفتاری است که آزمودنی‌ها در جریان درمان کسب می‌نمایند و این تغییرات را تا مدت‌های مدید حفظ می‌نمایند. در واقع این آموزشها شیوه نگرش افراد را تغییر می‌دهد و در عین حال آنها را به حقوقشان واقف می‌نماید. فنسترهایم و بر معتقدند: «فرد همین‌که یاد بگیرد برای احقاق حقوق خود ایستادگی کند مردم نیز نسبت به او واکنش متفاوتی خواهند داشت. این امر او را به تجاربی در زندگی راهنمایی می‌کند. او تغییر کرده و رشد یافته است در نتیجه درباره آنچه می‌خواهد و لازم دارد ایده‌های روشن‌تری به دست می‌آورد» (فنسترهایم و بر، ۱۹۹۷، ترجمه چینی، ۱۳۷۸، ص ۴۸). یکی دیگر از علل تأثیر آموزشها این است که افراد دارای رفتار غیر خود ابرازانه دارای عاداتهای مزاحم هستند، چرا که یاد گرفته‌اند کارها را به طور نادرست انجام دهند. این افراد در جریان کاری که قصد دارند انجام دهند با مشکل مواجه شده و با رفتار انفعالی یا پرخاشگرانه واکنش نشان می‌دهند. دریافت‌کنندگان این آموزشها در

جریان درمان به علت رفتار ناخواسته و غیرطبیعی خود پی می‌برند و شیوه‌های کناره‌آوردن با آنها را می‌آموزند. همچنین آموزشها، افراد را در برقراری یک الگوی روان‌شناختی جدید مبتنی بر بیش‌تر مثبت نسبت به احساسات و رفتار خود یاری می‌دهند.

در مورد فرضیه دوم مشخص شد که بین میزان تأثیر آموزش ابراز وجود در پسران و دختران تفاوت وجود دارد. با توجه به میانگین‌های افزایش نمرات ابراز وجود در دو گروه پسران و دختران (به ترتیب $53/09$ و $48/06$)، میانگین نمرات پسران بیشتر از دختران بوده و پسران رفتار خود ابرازی بیشتری نسبت به دختران نشان داده‌اند. یافته‌های حاصل از آزمون این فرضیه با نتایج تحقیق استوارت و لی‌واریس (۱۹۸۶)، همخوانی دارد. از آنجا که پسران تعاملات اجتماعی بیشتری نسبت به دختران دارند و جامعه نیز رفتار خود ابرازی را یک رفتار مردانه تلقی می‌کند، همچنین انتظارات اجتماعی از نقش مردانه رفتارهایی توأم با اقتدار و قدرت تصمیم‌گیری بیشتر نسبت به زنان می‌باشد، در نتیجه تأثیر بیشتر مداخلات درمانی در پسران دور از انتظار نیست. کان در این باره معتقد است: «جامعه از زنها انتظار دارد که ابراز وجود نکنند. زنها نیز نه تنها این طرز تلقی را می‌پذیرند و این تصور قالبی را اجابت می‌کنند، بلکه از انجام رفتارهایی که با نقش زنانه آنها هماهنگی ندارد نیز اجتناب می‌ورزند» (کان، ۱۹۸۱، ص ۱۴). در واقع یک نوع انتظار ایده‌آلی که زنها از خود داشته و جامعه نیز آنها را به عنوان هنجارهای زنانه پذیرفته است مانند انتظاراتی که زنها را منفعل و مطیع، پذیرا، گرم، دوست‌داشتنی و همدرد می‌شناسد، باعث پذیرفته نشدن ابراز وجود در آنها می‌شود و می‌تواند تأییدکننده این فرضیه باشد که آموزش ابراز وجود نیز رفتار آنها را کمتر از مردان تحت تأثیر قرار می‌دهد.

نتایج حاصل از فرضیه سوم مبنی بر ارتباط بین نمرات ابراز وجود و وضعیت اقتصادی نشان می‌دهد که این رابطه معنی‌دار نیست، یعنی طبقات اقتصادی بالا از نظر ابراز وجود با طبقات متوسط و پایین تفاوتی ندارند. در توضیح علت این امر می‌توان گفت که طبقات اقتصادی بالا یاد گرفته‌اند که با بسیاری از الزامات روزانه خود به صورت مناسبی کنار بیایند. جامعه نیز از آنها انتظار دارد که هنجارهای اجتماعی را بپذیرند و در چهارچوب قوانین اجتماعی عمل نمایند. افراد طبقه پایین اقتصادی نیز همگام با پیشرفت جوامع و آشنا شدن آنها با حقوق خود، به نحو لازم در احقاق حقوق خود می‌کوشند. بنابراین معنی‌دار نبودن رابطه بین نمرات ابراز وجود و وضعیت اقتصادی در افراد این طبقه طبیعی به نظر می‌رسد.

نتایج حاصل از فرضیه چهارم نشان می‌دهد که بین نمرات ابراز وجود و عملکرد

تحصیلی رابطه وجود دارد. یافته‌های حاصل از این تحقیق با نتایج تحقیق فرانکوئیز و همکاران (۱۹۹۹)، همخوانی دارد. افرادی که رفتار خود ابرازی دارند و قاطع هستند بازداری‌های هیجانی کمتری را تجربه می‌کنند. بازداری‌های هیجانی مانند استرس و اضطراب، کارکرد فرد را در اکثر رفتارها از جمله عملکرد تحصیلی، تحت تأثیر قرار می‌دهند. بنابراین می‌توان گفت که مشکل در ابراز وجود می‌تواند در تواناییها و استعدادها فرد از جمله توانمندی‌های ذهنی و تفکر منطقی او اثر منفی داشته باشد. این مشکل نیز مانع یادگیری مناسب خواهد شد.

نتایج یافته‌های اضافی تحقیق، حاکی از عدم رابطه بین نمرات ابراز وجود و متغیرهای تحصیلات مادر و پدر، تعداد اعضای خانواده، سن و پایه دانش آموز بود. با توجه به نتایج که نشانه عدم رابطه وضعیت اقتصادی خانواده و ابراز وجود بود (فرضیه ۳)، می‌توان نتیجه گرفت که متغیرهای تحصیلات مادر و پدر و تعداد اعضای خانواده نیز رابطه معنی داری با ابراز وجود نداشته باشند.

با توجه به اینکه درصد بالایی از دانش آموزان دوره متوسطه دارای رفتار توأم با عدم ابراز وجود می‌باشند و با توجه به نتایج حاصل از پژوهش حاضر مبنی بر تأثیر مثبت آموزش ابراز وجود بر رفتار خود ابرازی و نیز عملکرد تحصیلی آنها، می‌توان گفت که آموزش ابراز وجود می‌تواند مهارت‌های مورد نیاز را در دانش آموزان دارای رفتار غیر خود ابرازانه به وجود آورد و عملکرد تحصیلی آنها را هم بهبود بخشد، لذا توصیه می‌شود در برنامه‌های آموزشی دانش آموزان دوره متوسطه این آموزشها گنجانده شود تا مشاوران و مربیان تربیتی ضمن تدریس کتابهای مربوط، مهارت‌های لازم را به دانش آموزان نیازمند بیاموزند. نتایج همچنین حاکی از تأثیر بیشتر آموزشها در پسران نسبت به دختران است، لذا پیشنهاد می‌شود علل تأثیر کمتر این آموزشها در دختران مورد بررسی قرار گیرد تا دختران دبیرستانی با توجه به نقش خود بتوانند علی‌رغم انتظارات اجتماعی مبتنی بر رفتار انفعالی و همدلانه از حقوق خود به نحو لازم دفاع کنند.

منابع

- بهرامی، ف. (۱۳۷۴)، مقایسه روشهای آموزش رفتار خود ابرازی به دانش آموزان کم جرات دختر دبیرستانی با شیوه‌های مشاوره گروهی و مشاوره فردی در شهر اصفهان سال ۷۵-۷۴، پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه علامه طباطبایی، تهران.

- عابدی، م. (۱۳۷۸)، آموزش تکنیک‌های رفتاردرمانی در مشاوره (جلد اول)، واحد آموزش و پژوهش کلینیک مشاوره و درمان آموزش و پرورش استان اصفهان.
- فقیرپور، م. (۱۳۷۷)، «نظریهٔ ابراز وجود و کاربرد آن»، ماهنامهٔ پرورشی وزارت آموزش و پرورش، سال سیزدهم، شمارهٔ هشتم، صص ۱۴-۱۰.
- فنستراهایم، ه. و ج. بر. (۱۹۷۷)، روان‌شناسی آموزش قاطعیت، ترجمهٔ ع. چینی، (۱۳۷۵)، تهران، نشر البرز.
- ملک‌پور، م. (۱۳۷۶)، «رابطهٔ تنبیه و خودابرازی در کودکان و نوجوانان»، فصلنامهٔ تعلیم و تربیت، سال سیزدهم، شمارهٔ دو.
- هارجی، ا. و همکاران. مهارت‌های اجتماعی در ارتباطات میان فردی، ترجمهٔ خ. بیگی و م فیروزبخت، (۱۳۷۷)، تهران، رشد.

- COMEAU, N. and HIEBERT, B. (1997). "Changes in conceptualizations during Assertiveness Training" canadian journal of counselling Vol: 25. P: 56-72.
- and the relaxation". (1988), Mokey, M. and Eshelaman, E. Davis, M. stress-reduction workbook". NewYork, Harbingen publications.
- FRANCOIS, R. HARLACHER, G. and SINTH, B. (1999). "Improving student Behavior in the classroom by using Assertive Discipline strategies". Masters Action Research Report, saintXavier university and IRI/skylight.
- KOHN, S. (1981). "issues in the assessment and training of assertiveness with women". Guilford press, NewYork.
- NIX, J. LOHR, J. and MOSESSO, L. (1983). "The relationship of sex-role characteristics to self-report and role play measures of assertiveness in women".
- STEWART, G. and LEWIS, A. (1986). "Effect of Assertiveness training on the self steem of black High school student". Journal of counseling-F-Development. Vol: 64. P: 638-741.
- THOMPSON, K. BUNDY, K. and WOLFE, W. (1996). 'Social skills training for young adolescents: cognitive and performance components". Western oregon state coll. Vol: 37. P: 505-527.