Journal of Behavioral Sciences Vol. 3, No. 1, Spring 2009 Pages: 59-64

مجله علوم رفتاری دوره ۳ ، شماره ۱ ، بهار ۱۳۸۸ صفحات: ۶۶–۵۹

## تأثیر آموزش جرأتورزی بر مهارتهای اجتماعی، اضطراب اجتماعی و عملکرد تحصیلی دانش آموزان دختر

## Effect of group assertive training on social anxiety, social skills and academic performance of female students

تاریخ پذیرش: ۸۸/۱/۲۰

تاریخ دریافت: ۸۷/۷/٤

Mehrabizade M. H.  $PhD^{\boxtimes}$ , Taghavi S. F. MSc, Attari Y. A. PhD مهناز مهرابیزاده هنرمند $^{oxtimes}$ ، سیدهفرخنده تقوی $^{'}$ ، یوسفعلی عطاری $^{'}$ 

## Abstract

**Introduction:** The present study examined the effects of group assertive training on social anxiety, social skills and academic performance of female freshmen in Bahmaei high school.

**Method:** The related population includes all freshmen in Bahmaei high school in 2008. The sample includes 60 students selected by random multistage sampling method. They were randomly divided into experiment and control groups. The instruments used in this study were *Watson & Friend's* Anxiety Scale and *Eisler & Miller's* Social Skills Rating Scale. The research design was pretest- posttest with the control group. For analyzing the data MANOVA method was used.

**Results:** The Results of MANOVA showed that, at least there is a significant difference between two groups in one of the dependent variables. Then, the significant difference between two groups in all three dependent variables was then confirmed by ANOVA method.

**Conclusion:** Group assertive training increased social skills and school performance and decreased social anxiety of experimental groups in compare with control groups.

**Keywords:** Assertive Training, Social Skills, Social Anxiety, Academic Performance

## چکیده

مقدمه: این پژوهش بهمنظور بررسی تأثیر آموزش جرأتورزی بر مهارتهای اجتماعی، اضطراب اجتماعی و عملکرد تحصیلی دانش آموزان دختر پایه اول مقطع متوسطه شهر بهمئی صورت گرفت.

روش: جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانش آموزان دختر پایه اول متوسطه مشغول به تحصیل در سال ۸۷–۱۳۸۶ و نمونه آن متشکل از ۶۰ دانش آموز است که به روش نمونه گیری تصادفی چند مرحلهای انتخاب شده و در دو گروه آزمایشی و گواه جایگزین شدند. ابزار مورد استفاده شامل مقیاس اضطراب اجتماعی واتسون و فرند و مقیاس درجهبندی مهارتهای اجتماعی اسلر و میلر است. طرح پژوهش، از نوع پیش آزمون – پس آزمون با گروه گواه است و دادههای بهدست آمده با روش تحلیل واریانس چند متغیری (مانوا) مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته ها: نتایج تحلیل واریانس چند متغیری نشان داد که بین این دو گروه، حداقل یکی از متغیرهای وابسته مهارتهای اجتماعی، اضطراب اجتماعی و عملکرد تحصیلی، تفاوت معنی داری وجود دارد. نتایج تحلیل واریانس یک طرفه در مانوا نیز نشان داد که بین دو گروه از لحاظ هر سه متغیر وابسته تفاوت معنی داری وجود دارد.

نتیجه گیری: آموزش جرأتورزی بر روی اضطراب اجتماعی، مهارتهای اجتماعی و عملکرد تحصیلی گروه آزمایشی در مقایسه با گروه کنترل تأثیر دارد و بین دو گروه از لحظ این متغیرها تفاوت معنیداری مشاهده میشود. به بیان دیگر، آموزش جرأتورزی باعث کاهش اضطراب اجتماعی و افزیش مهارتهای اجتماعی و عملکرد تحصیلی دانش آموزان گروه آزمایشی شده است.

**کلیدواژهها:** آموزش جرأتورزی، اضطراب اجتماعی، مهارتهای اجتماعی، عملکرد تحصیلی

Corresponding Author: College of Education & Psychology, Shahid Chamran University, Ahvaz, Iran Email: m-mehrabizadeh@yahoo.com

انشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شهید چمران، اهواز، ایران امران امران

دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز، بهبهان، ایران

۲ دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شهید چمران، اهواز، ایران

G > ` > - I I I ; iL = 8 t S < "CL" $\nu N$  -"u)! - IW+ `, aC S /H \* I ` C 9 ` L= ; 6 @ ' e C= 2 /T , > <"C L : 8:9 ' aB /, "! ? <# J K W" + a B! 9 aB <8:9 !) \* & `8 - ' <# /K-" ! ` **1**8 `RĶ ' I/ W"+ ! . / 9 " w Q . 8 / I 1I " w `NRI / Q - 9 J % \_ B8 NLT & 2 2 + /)i (+"#`R; 2 / / A > ; -! O `? /" [" "L = ;1 🛭 **%**" Q /) = Q V 6 4m 4j / ) @ Q . "; / 9 / .` K 9 0 (+ \*) 2 \_y U& `) 8 6 6 L@ .\* / ? ) @ 44] {9 Q . 2 Z% ) /) " \*) 2 8 fO `&9 \* & 4j] / R - 2 44 9 0 (+ \*) 2 / `b ) T "\_E ? `) @ 6 6 .\* 1"\$H "@ \* & /'I@ W = \*) @ - | ! Q &T "/) "" E 2 M `L1 @ f@ ?" - | #( 4k) #! Q -1"\$H "@ Q . H \* . 2 " ! " &" " BH / 8 /"T 2 " ?" - I`#( 44h)&; Q . / 1 C 9 /`) 8 ! T 8 \* & \*) 2 {9 f 2 C 4d f2 2 / ' T f . 9 : / T B8 SB 2 / / 2 2 p \* **2** 0 (+ \* & SB Q . C"CH! "\$% `NRI TL 4j L@ 45/ L1 r / `b a /)i"C i 26 4j 5x -"' " I / `b , ", 0 (+ / `b

&"' #( ) "\$% " + , 2 2! 0 1( . ./) / 8 " 9 , 76 45 2 3  $, - < 8 \qquad 6 = /) 2 !) :";$ &" 2 ! > ?@ ABC " " D2 -!):"; -"E \* 2 <"F9 , - G"H> I / OP9 KL / MN/ / KJ /)S; M AB C 2 ! QR ./; 0 ? < L" , ; &@ <2 = /;- 2-" - 8 9 22 /)/"T ! , "VE - / 2 R "\$% U& WXY-8 M N /) ) [, G"H>Z"%. / 6\L <# ) L " @ / . 2 "\_E 2 9 `R;; ; &" ) <# / "T:; :; 2 / "T 1 . OP 9 / ; / , ) 9 MN/)8- 9 aB/, `L= `b - `R; - ; ! V " ` V `b ! \$% ` F ; T(1 M AB#c 2d I C=e C= 2"@f@19.!VOU8. h M!9L) = 0 (g 6 = d+ 2 OI `O ? \$% e C= ? ) T . "@ TiL= 8 8X [, 1] C("c G() < I, L = 1] C( C)nnh. 6C/)\*) KII89 2" I T ob n2 > ) J - KT &" `bK -&' ob n [, pCH /)` 8 섭 I [O , Z% 2 / L I/@ / (+ T) 2:9 e C= 2 , > 1 , L= 2 - 's] *M Tf* 'r] "' | p= '

- ', !" #\$% #& & ' ( )\* +& ' `K8 \$000BL`8 3\$1692`8 37/0E8 `K#(K"JK K\*@!780E`8 730EI K K\*K K `9 - " 29 ! :"; 9 /)`8 i "C @ -"" / += p"CH i "C :2/ 2 O W"\$ ŽB 2QO#. 01( @S + ' " '}‡ • %S" \* @ B9 -"" / += \*) @ -" u) Z% 2 < LB)9 0 (+ i "CO ( 9 0 (+ 9 /)`8-" T |70 < c| < C = |c| + 3L J i"C - ,9 0 (+ i"C Š ! I 9 0 (+ Z"% F 45] O ‡•‰ *L;* 8 "@ e i "C "8/ f@ T &T) &F" C(:"1HQ %,, \* @ - ! T 0 % %,, ? . @ 0 i"C, i"C IŠ/ / !7 ^<3O i i "C 7 j539 K. @ S- 45] KC \*) @ S + \}•• 9 @ 0 iC KI ! ⟨}•• O ii ℂ I @ O 9-- 4x] Y) / 8 p"CH Q &T ;}.. ... \$ ŽB NO#. Q 0 (+ i  $\mathbb{C}$  @'"- / +=  $\sharp \mathbb{C}H$  ! i "C:V/ V O ŽB/VO#.Q 9 K i 9K @ 0 .I Q &KOT 'zzz43zrz K K KO i /)i C I \* @ - B9' CCH! V K K KSK &) VR B 9 Q O S + - ') V Q & T x 3 q x 3 q x 5 q1> i 6 !4x| L) 75 'z\zzz48G( K;19 K9 K KK K; M 6 6 L " T/ ' L1 " . 1I ` + " W ,6 1L ( W"1; L T  $\dot{b}$  "c  $\dot{s}$  . K  $\swarrow$ : 9 !) " , . / : # f;9

.\* -! M? N K 9 0 (+ f@ w &" 1> R 6 2 LTC - 2 ) ) @ !4r] / "@ ) T / 'b Q . "\_ '4s] - : **½** #(-|!|@0(g 8.0 (+ /'I@ \* & T - fO&9 ! \*) 2 Q . \*% \_ ~\$I V• S# ( /)  $^{8}$  SLV + W1%, /  $^{b}$ @ += \*) @ `b 9 / `b Q . . 2 6\-/ K% @-;19 9 0 (+ 9 /)`8 \8 8 ( [(C 6 @ I \*. 1"\$H - "+ 6y - €@/• "\_E , T , . 9 /)`8 \* & S / `b Q . . **4** I .\* 9 0 (+ \*) 2 1"\$H "@ . T 0 (+ /) O#y \*) 2 S / `b Q . . . 7 70 i 9 @ 0 39 . T I . \* "12 p"CH

,/ "T Q ! ‡^,,%,,†..1"\$H6 \* . T .\* kz3 .\* rz: / . " ! O / 1= \$ / "T 0 % \$` > " 8 I /) ) " - 6 6 . rz .\* ! **K**O **k**% \$ ` > .\* Р 7 T \* .3/ O kz T ! T \*) @ & OK, KKK / KK) KK8 / KK i "C 🕏 :KC 3K1" 1L 9 /)`8 / i"C .\* 9 /)`8 "+ **½**7;) *"=* K 'K" 2 1 Š (/ \* @ - ! -"" J"KH K'K ) K :K , / K" 9 K K2 / &KKTK/8 WK"PwK 6 \K )!/ , .\* 9 K ` 16 &" )

2

8. f@ † . \*"@ :+ O -"' " U ). f :"1H / . Q f— T B H ‡"+ . . | ! O /"f ^ Š6 ! 9 /)`8/) ""H -""" 1= T /) . 1"\$H Y19 9 ./ " #\$ %! ! f@ \*"@ f@ \*"@ . . . . ) •},,,, ‡•}‹‹ ...}•‹ ^.}•^ 9 ` 8 0 ∰• %•• ^}<• ±%•^ ‡^},,• ‡\},,\S ^,,\}•• ^•},,\ 9 •}...}•, ‡,}•^ ‡•}^^ 9 i 0 (+ % † •},,< †% ↑ ‡.}•< 0 

)/ '( ) Š6 2 P)
K . T .\* -" 2 L) . ' " ) .
/K)` K83 KL /K) "f K; —:KH# T
` KKKO" "KK\$HKK;19 9 KK 0 (KKKK 9
K" E \*) K@ -K 6 "K+! - /
wK K) K ` KO K K K8
f :"1H T P T L /) "f
^ 6 K K8. | KK2 TM? - wP

`8/) / /"f f :"1H :>=| , T /) . 1"\$H ;19 9 0 (+ 9 /) 1/2 F \*(+ -! /0 5 \$ 34" ' ‹}‹‹‡ ••}(• %( <},•‡ 3678 ' ‹}‹‹‡ ••}(• <}‡% 9:; 5\$ < = % \_, ‹}‹‹‡ ••}(• %<sup>†</sup> >4; 8 9 ' ⟨}⟨⟨‡ ••}⟨• ‰... ^ **%**‡ 5 ?

{H I :B, L1 W"1; Q &T,M 1L KleC= .\* 2 . eC=~\$I M 9 p= 6 D 9 3 / . p=  $!7"c \ \ PF - p = F \ \ C9 \ p = 0 \%$ : #f;9 /) ", 8 ( O"1; !)", . BL {H I :B, 1L W"1; Q &T,M L1 - &' /) B /) ~ \$I K W1 % K1 ~ \$1 {H 6 KD K93 Z"% 8 O"1;7""f . 2 ~ I / )Q !7O ' | @ `b "c `b I :B, L1 W"1; Q &T,M 8 1L • "O < I . •< -"' I ~\$I {H < R9 I • 0 % "L ?") w < I . M1 % /), < 16 2 \* ."O = ~ 1! I :B, L1 W"1; Q &T,<? @ L1 "1% 6D & I`g ~\$I {H \* & " ) L= ) ;  $6 = \langle I \cup C - ?7 3 \rangle$ / ) ) <I . 2 ` g C( "c ! | < | . 2 ( O"1; < | :B, 1L W"1; Q &T,< L1 L I - O To n o 1n  $\sim$  \$I {H :19 - CoTn :19 •<" 'o n o1n ! L1 {H / W"1; -**@1**n I :B, 1L W"1; Q &T,< O) L1 S I •<" 2 C ; ~\$I {H 2 C \_y ! C . 2~\$I W"1; I :B, L1 W"1; Q &T,< ) L1 "2E :B, L1 O) S# ( / . 2 - OT 1 2 ` F C9 ! C | I | I |

 L% `PB AN . ') 9 ""f Q 1> [B w > / " Q]\$% M / "L 6 = -! . T\$% `PB 'R> / MN')8 , A" L<u>)</u> Q LT 8:, P 9 6B,:, / `OT /) " 6D 9! /)`8 , V M / "L 6 B: , -"u) 8.! L) 2 F; 0% /MN d 0% / MN/ Ι // )8 , ' "P V ') ~\$I L) )0 % -,R9 ') " - 0 ! "T , C ;1 šT #= w ` > / .`b ! i L= \_y " w :; . ` +  $T \in @"T /, ') "w / .`b$ SL2 9 0 (+ \*) 2 , V 6 B 9 ") ; & a B `b !9 /)` 8 OU QI2, ' ;. 2 & I O BD; ) " " % & (# ' e C= 20 (+ Ti L= {9 & Q . 2 \*) @ - :⇒| \*) K2 1"K\$H K;19 9 KK)` K8 \* &K K\* 79 @0 O#\$\text{9} 0 (+ -K | ! 6 2 T L C . T I KL)Š(‡•‡•‡Š‡‡‡{]-""@/\*) @ -K 1"1H) @ **Š**‡ *w"#* R9! "Kb KoJK Pn / .` 8 2 " ?" \_yK ; &@/) \*) 2 ` 8 0 L 2 o K 6 2 / . 2 liL= / .`b! 9 ' : C J &" ` L= - % K / K Q - K8 / `bK! N fO ŠNŠ \*% + / -" J KS"K. K K w22 / `b Q . ! 2 SL2 , C= " ` )8 ' K I") 2 2 ) Q. ` L= BH i - 1 / Q - 2- "!2 & M = M K9KL= \* KI 9 K JK `KP B 2 Kle C= d ,/ -" ! 2 \$% O2 [K K2BHK>"K\$% & L= ; " BD a B', , 12 P ' C( 2 WKP 9 KK8 2 / : ' T! L" KL) < K'K | @K = ;1 2 = \* |

T .\* -" 2 ) ^6 `  $\mathcal{F}OŠŠ\bullet$ }39 /)`8 — H# T . 700 % 35 1"\$H; 1970 \$\$ 9 0 (+ ! p<\}\(\dagger G( / \) O / K- P~f K :"1H :>⊨ 1"\$H ;19 9K0(+ 9K/)`8 LC T /) . 5 \$ 34" F B\$ CA 5 \$ + B\$ CA <(}(\dagger\* ŠŠ•}.(\dagger\* ŠŠ•)).(\dagger\* ŠŠ\dagger\* \dagger\* \d 3D \$ E\$ /.\$ ‡ Š••⟨**)**Š :; D <'}'\\$ •• %}Š ^Š^• ^Š^• 3; F%( ! ‰•6 Š "+ :> = | ) • 6 2 P) ) / . T .\* -" <sup>TM</sup> `O' " ) . 0 3 L /)"f ; — H#<V T "+ - ! 70 i 9 @ / T "E &" \*) @ Š 2 ; -P `O T -" L "f M 2 — H# ! T MK? -₽v f :"1H T 0 /) / /"f f :"1H :>=| H T /) . O i 9 @ df \*(+ -! F \$ 5 \$ 34" /0 ()•‡. 3678 •**‡}•**\$ % <:}::‡ •**‡}•**S % S ⟨\$S,,• 9:; 5\$ < = <<}<< <<}<<‡ •**‡}•**\$ % S S}% >4; 85 %§§§ 9 ? Š < \} \ \ \ •‡**)**Š ‰• ) .-"`\_ K. :>=| KKK **%6** 0 9 0 (+ 6 O#y —!H# / `O T - 9 @ # 70 i 3 9 0 (+ M O#y — H# ! / `O T " L C / - Pf :"1H :>=| I T /) . O i 9 ! @(A ) F \$ CA \$+ B\$ CA В 5 S•S}S• 3! ? 7 E 4 \$

3D \$

3J4 3 + \$ + \$ k

.}<S

```
!4ksse ` , 8 !
                                  . W"
                                           ml
5- Otler SB. Assertive training. New York: Researc
Press Co; 1991.
6- Alberti R, Emmons M. Your perfect right: A guidter
assertive living 4 ed. California: Impact, San Luis
Obispo; 1982.
  L2 ) '
                     Q .M) Tw
                                  f
         ce + 19^{TM} + ?" eR8' !"L) A,
  ) !
                      !4k5zce
                                "8
                                   .
8- Lange AJ, Jakubowski P, McGovern TV. Responsible
assertive behavior: Cognitive/behavioral proceduftoers
trainers. Champaing, Illinois: Research Pr Pub.6197
                                                   )
"2 "1
            8
                 ) 8 6 C"C= O
               /)` 8 / `b Q . " E
      0 (+ 9
                [(C 6 6 L@
     M 19 11?
                          444
                                †985d
                                                  ∳]
/ K.`b KQ / . `b Q . 2 &" L C! 8 # . #z
K K]@9
          0 (g
                        I /
                               1 /
           4kskoe
                  ; &@ M 19, '8 !^
                                          2
  K K K Q !?""_ER" 8 <X;# B9 L#44
KL@ *K. K K 8 9 K 0 (K+ fO `&9
         K " M 19?! )
                         8
                                                  b`
                                    "8
                       †k@2k5z!)
K / `b K K) T K "_EK \\ K8 / R - 2 \ †4j
                             "@/'I@*)2
  "K K 8 KL@ *KK.1"$H
                                                  8
   !4k5jœ? R . ' , " !^
                                    2
13- Deluty RH. Assertiveness in children: Some areste
considerations. 1981. p. 149-55.
14- Ravicz S. High on stress: A woman's guide to
optimizing the stress in her life. Oakland: New blager
Publications; 1998.
15- Azaïs F, Granger B, Debray Q, Ducroix C. Cogeit
and emotional approach to assertiveness; 19953373
16- Masters JC, Burish IG, Hollen SD, Rimm DE.
Assertion training methods. New York: Harcourtbace
lavanovich Pubilshehers; 1987.
17- Wehr SH, Kaufman ME. The effects of assertive
training on performance in highly anxious adolescen
1987. p. 195-205.
                                                 f:
18- Watson D, Friend R. Measurement of social-
evaluative anxiety; 1969. p. 448-57.
             # 8-8
                         ? 8
K & 2(!
                     1?!?
        ntaks5
                                 9
                                     0 (+
 ļk4
Ko^*KC / KO K) T Q K / K . "_E!" = C \dagger jz
                         .* 9 /)`8
              8 ( [(C
            !4ksse BPBP R9,'8!^
21- Dilk MN, Bond GR. Meta-analytic evaluation offlss
training research for individuals with severe menta
illness. Journal of Consulting and Clinical Psychopy.
1996;64:1337-46.
! K "$ U /
                        19 / ) !"1 2 # † ¥/
            8 I H M 8 /
                               @% i B9 œ
                                     !4k5zce )
      !4kszoe ` , 8 ! "#
                                  !" 1 †jk
24- Wolpe J. Psychotherapy by reciprocal inhibition
Stanford: Stanford University Press; 1985.
-"K K ? 2 6 2 #. ) M /"2;6 @ - †jq
            K18<sup>M</sup> K @ "8 de 2 "$%
 K ` K
                                    !4ksmoe&2
```

```
K ' KK9 C U"-L;
                         H 6 = A h
K8.Q .! 26 2 * I " B$9 < I
erki kbd kkk
              /) "
       2
            9
   18
           ` >
       ſ
                 - |
                         {9
                                  &
  ,aC I
           l; iL=
      M = S
                     !
  ı
                            I W +
    )
         C9
               8 2
       C9 /
              ;1 ) " )
 F
             :h,Q &"
                        Ι`
       /)`8
2 9
              ?
                             2 V "
                        Q
     " Е
                 IJ
                        " +
                           >
                              M&1 L
             C S -#2 P)
    :"# /
                              9
    <2
          9
               /)
                    ı
              #&9 / "T T
 8
        &Т
                     9
                         /) ",
            @
               0 (g
           !)
                      "C9
        Q . 2 L"
                    F
                              2• `;
         " E
              9
                  0 (+
                    /)`8/
                9
      0 (+
             0 1(
                    8/ ;19 1"$H F
             `b Q . _E M 9 ~ $I
          /
              79
                   0 (+ M)
                          L C
/) T
               6 2
                    Т
 2
      / H I
              B1P 6RC
                         1
        1 2
                 ΑN
                            R9
 >
/)6
        € @
               AN =
                        ) 011(
                                 8
                  0
                                а
               F
                    Т
                          B#
                           5
                               A !
                  /)*) @ 2-
    `b Q . "_
 "#
                     9
                         /)`8
                        8 "@
         `bK™ BV
                    "12
                         Т
! ) Q
                               M 4
, 8 ! I
            )
                  ,T L ½ ) "
                         !4kskœ
    , 80>!
                        C ! = / = ti
                        !4ks4ce 8O>
   !4ksjæ8`
                         !#B9 / ["O 1k
             , 8!
```