

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

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

تاریخ پذیرش: ۸۸/۱/۲۰

تاریخ دریافت: ۸۷/۷/۴

Mehrabizade M. H. PhD<sup>✉</sup>,  
Taghavi S. F. MSc, Attari Y. A. PhD

مهناز مهربابی‌زاده هنرمند<sup>✉</sup>، سیده‌فرخنده تقوی<sup>۱</sup>،  
یوسف‌علی عطاری<sup>۲</sup>

#### 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 به منظور بررسی تأثیر آموزش جرأت‌ورزی بر مهارت‌های اجتماعی، اضطراب اجتماعی و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دختر پایه اول مقطع متوسطه شهر بهمنی صورت گرفت.

**روش:** جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانش‌آموزان دختر پایه اول متوسطه مشغول به تحصیل در سال ۸۷-۱۳۸۶ و نمونه آن متشکل از ۶۰ دانش‌آموز است که به روش نمونه‌گیری تصادفی چند مرحله‌ای انتخاب شده و در دو گروه آزمایشی و گواه جایگزین شدند. ابزار مورد استفاده شامل مقیاس اضطراب اجتماعی واتسون و فرزند و مقیاس درجه‌بندی مهارت‌های اجتماعی اسلر و میلر است. طرح پژوهش، از نوع پیش‌آزمون- پس‌آزمون با گروه گواه است و داده‌های به‌دست آمده با روش تحلیل واریانس چند متغیری (مانوا) مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

**یافته‌ها:** 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 معنی‌داری وجود دارد. نتایج تحلیل واریانس یک‌طرفه در مانوا نیز نشان داد که بین دو گروه از لحاظ هر سه متغیر وابسته تفاوت معنی‌داری وجود دارد.

**نتیجه‌گیری:** 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 لحاظ این متغیرها تفاوت معنی‌داری مشاهده می‌شود. به بیان دیگر، آموزش جرأت‌ورزی باعث کاهش اضطراب اجتماعی و افزایش مهارت‌های اجتماعی و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان 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

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

<sup>۱</sup> دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز، بهبهان، ایران

<sup>۲</sup> دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه شهید چمران، اهواز، ایران

G > ` > - l  
l l ; iL= 8 t S <"CL  
vN -"u) ! - l W+ ` , aC  
lp= - T: ` 8 4 ; ;  
S /H \* l ` C9 ` L= ;  
6 @ ' eC= 2π , > <"CL  
: 8 : 9 ' aB / , " !  
? <# J KW"+ aB! 9  
aB <8 : 9 ! ) \* &  
! ` 8 - ' <# /K"  
`RK ' l / W"+ ` 8  
! . / 9  
8 / l 1l " w Q .  
`NR l / Q - 9 J % \_ B8  
NLT& 2 2 + / ) i (+  
"#`R; 2 / / A > ; - ! O  
` ? / " [" "L = ; 1 8  
4j &" Q / ) =  
Q V 6 4m 4j / ) @  
Q . " ; / 9 / . ` K  
9 0 (+ \*) 2 \_y U& ` ) 8  
6 6 L@ .\* / ? ) @ 4j  
{9 Q . 2 Z% ) / ) "  
\*) 2 8 fO `&9 \* &  
4j] / R - 2 44 9 0 (+  
\*) 2 / `b ) T "\_E ? ) @  
6 6 . \* 1"\$H "@ \* & / ' l @  
w = \*) @ - | ! Q & T " / ) "  
"\_E 2 M `L1 @ f@  
?" - l # ( 4k # ! Q -  
1"\$H "@ Q . H \* . 2 "  
! " &" " BH / 8  
/"T 2 " ?" - l ` # ( 4k &  
) Q . / 1 C 9 / ) 8  
! T 8 \* & \*) 2 {9 f  
2 C 4j f2 2 / ' T f .  
9 : / T B8 SB 2 / / 2 2  
0 (+ \* & SB p \* 2  
Q . C"CH ! "\$% `NR l T L  
4j L@ 45/ L1 r / `b  
a / ) i "C i 26 4j 5x -" " l  
/ `b , " , 0 (+ / `b

"# " !  
! &" # ( ) "\$%  
. \* "+ , -  
2 2! 0 1( . . / ) /  
8 " 9 , 6 45 2 3  
, - <8 6 = / ) 2 ! ) :";  
&" 2 ! > ? @ AB C " :2  
- ! ) :"; " D2  
- " E \* 2 <"F9 , - G"H> l /  
OP 9 KL / MN / / K J  
) S ; M AB C 2 ! QR . / ;  
0 ? <L" , ; & @ <2 = / ;  
- 2" - 8 9 2 2 / ) / "T  
! , "VE R "\$% U&  
- / 2 W X Y -  
8 MN / ) ) [ , G"H> Z"%  
. / 6 \L <# ) L "  
4j  
@ / . 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 2 d l C = eC = 2  
" @ f 9 . ! V O U 8 .  
h M! 9L) = 0 (g 6 = d +  
2 O l `O ? "\$% eC =  
? ) T . "@ T i L = 8  
8X [ , 4j] C ( "c G ( ) < l  
, `L = 4j 0 (+ C9  
4j . 6 C / ) \*) K l 89 2 " l  
T o b n 2 > )  
J - K &" `b K  
- &' o b n [ , pCH / ) 8  
4j b  
l [O , Z% 2 /  
L l / @ / (+ T) 2 : 9  
eC = 2 , > l , L =  
2 - 4j M T f 4j " lp = '

Archive of SID

- , ! " # \$ % # & & ' ( ) \* + & '   
 ` K8 50BL ` 8 3722 ` 8 370E8 . \* - ! M ? N K 9 0 (+   
 ` K#(K" JK K\* @ ! 70E ` 8 730E1 f@ w &" 1> R 6 2 LTC   
 K K:K K ` 9 - " 2 9 - 2 ) ) @ ! 4r] / "@   
 ! :"; ) T/ / ` b Q . "\_ 4s] - :   
 9 /)` 8 i"C @ -"" / +=p"CH K2 #( - | ! | @ 0(g   
 i"C :2/ 2 O W"\$ Ž B 2QO#. 8.0 (+ /' | @ \* & T - fQ9   
 01( @ S + ' " } † •%oS" ! \*)2   
 \* @ B9 -"" / +=\*) @ -" u) Q . \*% \_ ~ \$ I V•S#(   
 Z% 2< LB)9 0 (+ i"C /)` 8 SLV + W1%, / ` b   
 O ( 9 0 (+ 9 /)` 8 -" T @ +=\*) @ ` b 9   
 ! 7 < } † G( r = † } † 3 / / ` b Q . . 2 6 \ - / K% @ -   
 L J i"C - , 9 0 (+ i"C \$ ;19 9 0 (+ 9 /)` 8   
 ! | 9 0 (+ Z"% F 45 \ 8 8 ( [(C 6 @ | \* . 1"\$H   
 O †•%oL; 8 "@ e i"C "8/ - "+ 6y - € @ / • "\_E   
 f@ T &T) &F" C( :1HQ , T , .   
 %o,, \* @ - ! T 0% %o,, ? 9 /)` 8 \* & S / ` b Q . . 7   
 @ 0 i"C, i"C | Š/ / I . \* 9 0 (+ \*)2 1"\$H "@   
 ! 7 ^ 3 O i i"C 7 j539 • . T   
 K. @ 9 45 K \*) @ 0 (+ /) O#y \*)2 S / ` b Q . . 7   
 S + }•• 9 @ 0 iC K 70 i 9 @ 0 39   
 ! }•• O i i C I @ • . T I . \*   
 O 9 - 4x Y) ) 8 p"CH   
 Q &T }•• }•• S Ž B NO#. Q   
 0 (+ i C @"- / += p"CH ! "12 p"CH /"T Q   
 i "C :V V O Ž B/ V#. Q 9 \ 8 " 6 @:"\$H 6 f I . \*   
 K i 9 K @ 0 . I ! † , % , † . 1"\$H6   
 ! L) .. } .. } .. } , † KKS" O \* . T . \* kZ . \* rz : / .   
 K & ) KVR KB9 Q 49 L Q 8. 0% / 2 T K K\* kz   
 7 ' %o3%o•K K 9 K @ 0 B9 Q " ! O / 1= \$ /"T   
 Q &K' zzz43) rz K K KO i 0% \$` > " 8 | /) "   
 /) i C I \* @ - B9' CCH ! V . rz ) " - 6 6 . \* "   
 K K KSK & ) VR B9 Q O . \* ! K0 K% \$ ` > . \*   
 S + - ') V Q &T 3q 3q 5q 7 T \* . 3/ O kz T \$ P   
 1> i 6 4x L) 7 ' zzz4G( ! T ,   
 K;19 K9 K KK K; M 6 6 L" 2 \*) @ &   
 ! O : 1"\$H   
 . 11   
 . T/ ' L1,, . 11   
 ! T &TC",... ) L1w O)) A † .   
 . + " W , 6 1L   
 )" , ( W"1; L T   
 :9 ` b "c ` > . K K   
 !)" , . / : # f;9 , . \* 9 K ` K &" )

... (Continuation of the text from the left column, appearing as a second column of garbled characters and symbols.)

8. f@† .\*\*@ :+O -" " U )  
f :1H / . Q f- T B H  
‡ "+ . . | ! O /"f  
! ^ Š6

9 /)\` 8 /) " " H -" "  
1= T /) . 1"\$H Y19 9 0 (+

" # \$ % !
f@ **@ f@ **@ &"(
. . . . . )
.}.,, †}« ..}« ^.^}^ 9 ` 8
0
#. %o. ^}« †}« @
9 0 (+
i 9 *(+)
.,%o %o††.†. †.†.†. ^
0
‡., Š. †.†., †...}. 1"\$H ;19
†},. †},,Š ^.,. ^.,}^ 9 ` 8
0
.}.. .}.,. †},^ †}^^ @
9 0 (+
i 9 \$(
%† .}.,. †}« †}« †}«
0
‡. ‡... †}« ‡}« ‡}« 1"\$H ;1

) / ' ( ) Š6 2 P )  
K . T . \* -" 2 L) . ' " ) .  
/K) K83 KL /K) "f K; —:KH# T  
` K K " K \$ H K K ; 19 9 K K 0 (K K K 9  
K" E \*) K@ -K 6 "K+ ! - /  
wK K) K ` KO K K K K8  
f :1H T P T L /) "f  
^ 6 K K8 . | K2 T M ? - w P  
!

` 8 /) / /"f f :1H :==| ,  
T /) . 1"\$H ;19 9 0 (+ 9 /)

1/2	F	df	df	\$	*(+ -!
5 \$ 34"		/0	.		
' { } « ‡	••}•	%α	^	{},,†	3 6 7 8
' { } « ‡	••}•	%α	^	{ } † %	9 ; ; 5 \$ < =
' { } « ‡	••}•	%α	^	%} †	> 4 ; 8 †
' { } « ‡	••}•	%o... ^		%} †	9
					5 ?

{H I :B, L1 W"1; Q &TM 1L  
K e C= . \* 2 . e C= \$I  
/ . p= M9 p= 6 D 9 3  
!7"c ` 9RP- p= F "C9 p= 0 %  
: #f;9 /) " , 8 ( O"1;  
!)", . BL  
{H I :B, 1L W"1; Q &TM L1  
- &' /) B /) ~ \$I  
K W1 % K ~ \$I {H 6 K K 3  
Z"% 8 O"1; 7" f . 2 ~ 1 / Q  
!7O ' | @ ` b "c ` b  
I :B, L1 W"1; Q &TM 8 1L  
• "O < | . • < -" | ~ \$I {H  
< R9 | • 0 % "L ?") w < | .  
O"1; • < " 2 | < | , Y 8 @ < |  
W1 % /), < | 6 2 \* . "O = ~ \$I  
! | :B, L1 W"1; Q &T, < ? @ L1  
"1% 6 D & | ` g ~ \$I {H  
\* & " ) ` L = )  
; 6 \$ = < | U C • ? 7 3 " >  
/ ) ) < | . 2 ` g C ( "c  
! | < | . 2 ( O"1; < |  
I :B, 1L W"1; Q &T, < L1  
L | - O T o n o 1 n ~ \$I {H  
:19 - O T n :19 • < " b n o 1 n  
! L1 {H / W"1; - O T n  
I :B, 1L W"1; Q &T, < O) L1  
S | • < " 2 C ; ~ \$I {H  
2 C ` g C . Q \_y  
! C . 2 ~ \$I W"1;  
I :B, L1 W"1; Q &T, < ) L1  
"2E :B, L1 O) S# ( /  
. 2 - O T 1 2 ` F C9  
! C | | < |

! ‡6 \*) @ - O"> /)  
\* . T ) ‡6 ` 2 P )  
/ F=R : , ` ""f ) "f "12 f@. 1=  
! ""f -" T T # T)  
/) -" " L C \*) @ /) + /  
1"\$H Y19 9 0 (+ 9 )8



5- Otlter SB. Assertive training. New York: Researc Press Co; 1991.

6- Alberti R, Emmons M. Your perfect right: A guide for assertive living 4 ed. California: Impact, San Luis Obispo; 1982.

8- Lange AJ, Jakubowski P, McGovern TV. Responsible assertive behavior: Cognitive/behavioral procedures trainers. Champaign, Illinois: Research Pr Pub6197

9 0 (+ 9 /) ` 8 / `b Q . "\_E " M 19 1? [(C 6 6 L@ \*

444 tjk5d / K.`b KQ / .`b Q . 2 &" L Cl 8 # . #z K K ]@ 0(g l / l / Mb

4k5zoe ; &@ M 19, '8 !^ 2 K K K K Q !?"\_ER" 8 <X;# B9 L#4 KL@ \*K. K K 8 9K 0 (K+ fO `&9 K K " M 19?! ) 8 " 9 0(g

44 tjk5z ) "8 ' K / `b K K) T K "\_EK !K8 / R -2 t4j "K K 8 KL@ \*KK . 1"\$H "@/ ' l @ \*) 2 4k5joe ? R . ' , " !^ 2 @

13- Deluty RH. Assertiveness in children: Some asse 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. Cogait and emotional approach to assertiveness; 1995;373

16- Masters JC, Burish IG, Hollen SD, Rimm DE. Assertion training methods. New York: Harcourtbase lavanovich Publishehers; 1987.

17- Wehr SH, Kaufman ME. The effects of assertive training on performance in highly anxious adolesse. 1987. p. 195-205.

18- Watson D, Friend R. Measurement of social-evaluative anxiety; 1969. p. 448-57.

K 2( ! # 8-8 ? 8 ) 8 #x jk4 tjk5d 1?! ? 9 0 (+ Ko\*KC / K@ K) T Q K / K. "\_E!" = C tjz K @Q O 8 ( [(C . \* 9 /) ` 8 4k5zoe BP BP R9, '8 !^ 2

21- Dilk MN, Bond GR. Meta-analytic evaluation of training research for individuals with severe menta illness. Journal of Consulting and Clinical Psycol. 1996;64:1337-46.

! K "\$ U / l 19/ ) !"1 2 # t4j "K ` 8 l H M 8 / @% i B9 oe 4k5zoe )

4k5zoe ` , 8 ! "# !" 1 tjk 24- Wolpe J. Psychotherapy by reciprocal inhibition Stanford: Stanford University Press; 1985.

-"K K ? 2 6 2 #. ) M /"2 6 @ - tjq K ` K K@ " 8 oe 2 "\$% y 4k5zoe&2

K ' KK9 C U"-L; H 6 = A h K8.Q .! 26 2 \* l " B\$9<l

eRKl KBD KKK ' 2 )

Š] 2 9 /) " S <"CL [ ` > - l {9 & ` , aC l l ; iL= 8 t S l M = S ! - l W+

; ) C9 8 2 - ' ) C9 / ;1 )" ) ' ` L= F ! :h, Q &" l ` L= ; 2 9 /) ` 8 ? Q . 2 V "

! ] "\_E ' l J "+ > M&1 L 0 (+ / C Š] -#2 P ) R9

0 : "# / -" ! , 9 <2 9 /) l ' 9

8 &T #&9 /"TT #?l `b @ 0(g 9 /) ",

- ! ) "C9 F 8X Q . 2 L" F 2• ` ;

8 "\_E 9 0 (+ 9 /) 8 9 0 (+ , 9 /) ` 8 /

! 01( 8/ ;19 1"\$H F i / `b Q . "\_E M9 ~\$l

T l . \* 79 0 (+ M O#yO /) T 6 2 T L C .

2 / H l B1P 6RC 1 ` > l 2 AN l R9 Š]o

/) 6 € @ AN = ) 011( 8 f; l " , O i a

/ ` O "f - F T -" ?" ; ! / " " ; - B# )

5 A ! / `b Q . "\_ /) \*) @ 2-

"# 9 /) ` 8 ? i / `bK™ B/ 8 "@ <"1

!) Q . " . \* "12 T /) ` 8 M 4

, 8 ! l ) , T L v )" 8 # 4k5zoe `

` , 8O>! / C != / = tj 4k5zoe 8O> ' 4k5zoe 8 ` , 8 ! #B9 / ["O K