

چکیده

تاریخ دریافت: ۱۳۹۶/۵/۷ _ تاریخ پذیرش: ۱۰/۹/۱۳۹۶

احمد برجلی^۱

اثربخشی آموزش ابراز وجود فرهنگ محور بر عزت نفس فرزندان طلاق

هدف: هدف از پژوهش حاضر بررسی اثربخشی آموزش ابراز وجود فرهنگ محور بر عزت نفس فرزندان طلاق بود. **روش:** طرح پژوهش آزمایشی، از نوع پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه گواه بود. جامعه آماری این پژوهش را فرزندان خانواده‌های طلاق ساکن در مراکز بهزیستی شهر تهران در سال ۱۳۹۵ تشکیل می‌داد. حجم نمونه شامل ۳۰ نوجوان ساکن در یکی از مراکز بهزیستی با نمونه‌گیری از طریق فراخوان در محل و بصورت تصادفی از بین ۴۷ داوطلب انتخاب شده بود و سپس در دو گروه آزمایش و گواه (هر گروه ۱۵ نفر) جایگزین شده بودند. میزان عزت نفس شرکت‌کنندگان در این پژوهش توسط پرسشنامه‌ی عزت نفس کوپر اسمعیت در پیش‌آزمون و پس‌آزمون سنجیده شد. گروه آزمایش در ۸ جلسه‌ی آموزش ابراز وجود فرهنگ محور شرکت نمودند در حالی که گروه کنترل آموزشی در آن دوره دریافت نکردند. **یافته‌ها:** اجرای تحلیل کوواریانس بر روی داده‌ها نشان داد که جلسات آموزشی تأثیر معناداری بر عزت نفس گروه آزمایش داشته است ($p < 0.05$). نتیجه‌گیری: به طور کلی نتایج پژوهش نشان داد که آموزش ابراز وجود فرهنگ محور یک روش مداخله‌ای مناسب برای بهبود عزت نفس در نوجوانان طلاق است.

واژه‌های کلیدی: ابراز وجود فرهنگ محور، عزت نفس، فرزند طلاق

مقدمه

عزت نفس اشاره به دیدگاه شخصی فرد نسبت به خویشن، احساسات و ارزش‌های مثبت و منفی خود دارد و می‌توان آن را حس روان‌شناختی فرد از سلامتی تعریف کرد

۱. دانشیار، گروه روان‌شناختی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناختی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.

که بر اساس آن فرد از خود و ایده‌هایش آگاه می‌شود (چاوز، سیمائو، او لیوراء، سوزا و اینس، ۲۰۱۳). جامعه مدرن، عزت نفس رابه عنوان ارزیابی ذهنی فرد از خویشتن به مثابه‌ی یک انسان ارزشمند مورد مطالعه قرارمی‌دهد (ارت و راینس، ۲۰۱۴).

عزت نفس یکی از اجزاء مهم و اساسی در حفظ و نگهداری سلامت روان به حساب می‌آید. از این حیث، افرادی که دارای حس مثبتی از عزت نفس هستند انعطاف پذیر و قادر به پذیرفتن نقاط قوت و ضعف خود هستند. آنها به دیگران وابستگی کمتری دارند و از اقتدار لازم برای مواجهه با مسائل زندگی برخوردار هستند (لاکابوچی، دالی و لیندل، ۲۰۱۲).

پژوهش‌ها نشان‌گر این است که عزت نفس تحت تأثیر عوامل بسیاری از جمله طرد، سرزنش، ناکامی‌ها، تعارضات، درگیری‌ها و طلاق در خانواده است. طلاق، از جمله رخدادهای استرس‌زاوی است که کودکان و نوجوانان با آن مواجه شده و در پی آن دچار مشکلات رفتاری متعددی می‌شوند. از جمله آثار طلاق، علایم ناسازگاری روان‌شناختی است که شامل شکست تحصیلی، مشکلات اجتماعی، اعتمادبه‌نفس پایین و سایر مشکلات رفتاری می‌شود (مک کلین، روزنفلد و بریتبدل، ۲۰۰۳).

نوجوانانی که والدینشان طلاق گرفته‌اند بر اساس پرسشنامه عزت نفس کوپر اسمیت در مقیاس‌ها و ملاک‌های سلامت روان در قیاس با سایر همسالان خودنمره پایین‌تری دریافت می‌کنند. عزت نفس درین دسته از نوجوانان پایین‌تر و ناسازگاری روان‌شناختی به وضوح نمایان‌تر است. بنابراین یکی از پیامدهای آثار طلاق بر نوجوانان کاهش سطح عزت نفس آن‌ها است (بریور، ۲۰۱۰).

کمبود عزت نفس در نوجوانان خانواده‌های طلاق، سازوکارهای مقابله‌سازگارانه

^۱ Chaves, T.P., Simão, I.S., Oliveira, I.P., Souza, D.H., Iunes, D.A.

^۲ Orth, U., & Robins, R.W.

^۳ Lacobucci, B.J., Daly, D., Lindell, M.Q.

^۴ McClain,C,S.,Rosenfeld,B.,&Breitbart, W

^۵ Brever, M.M

برای مقابله با احساس ضعف، نامید و شکستگی را تحت تأثیر قرار می‌دهد. لذا آنها به آمادگی‌هایی نیاز دارند که آنان را برای مقابله با این نقاط ضعف تجهیز نماید. از جمله مداخلاتی که در افزایش عزت نفس مؤثر تشخیص داده شده، آموزش ابراز وجود است.

نوجوانانی که از عزت نفس پایین رنج می‌برند احساس ضعف، ناتوانی، ناامیدی، شکنندگی و بی ارزشی می‌کنند. آن‌ها دارای افکار منفی و تشخیص نادرست در نقاط قوت خود هستند، دچار ترس در پذیرفتن مسئولیت و انتخاب هستند، در ابراز دیدگاه‌های خود دچار مشکل می‌شوند و خود را منفی ارزیابی می‌نمایند (یاداو، ۲۰۱۵).

ابراز وجود سازو کار مقابله‌ی سازگارانه و مداخله‌جویانه ساختاریافته‌ای است افراد را جهت بیان و ابراز احساسات و ایده‌های خویش به شیوه مناسب آماده می‌کند و در نتیجه موجب تغییر تصور فرد از خود می‌شود (گانداقدو، ۲۰۱۲؛ کیوتلو، ۲۰۰۹).

مفهوم ابراز وجود به توانایی ابراز احساسات، عقاید، باورها و نیازهای خود، به صورت آشکار و واضح، مستقیم و صادقانه، بدون اتخاذ لحن تهاجمی و با احساساتی که اضطراب را برانگیخته نمی‌کند یا حقوق دیگران را نقض می‌کند، اشاره دارد. ابراز وجود باعث می‌شود فرد افکار و باورهای خود را بدون احساس گناه و نگرانی ابراز کند و روابط متعادل با دیگران برقرار کند (ریبعی، اسلامی، افضلی، مسعودی و سلحشوری، ۱۳۹۱).

آموزش ابراز وجود افراد را به حق دفاع از خود در برابر رفتارهای پرخاشگرانه دیگران آگاه می‌کند و در عین حال آنها را با مهارت‌های اجتماعی، بین شخصی و حل

۱ Yadav, B

۲ Gündoğdu, R

۳ Kutlu, Y

تعارض آشنا می‌سازد (خاور و مالیک^۱، ۲۰۱۶).

پژوهش‌های مرتبط با آموزش ابراز وجود نشان می‌دهد هر چند به افراد کمک می‌کند بدون پرخاشگری به بیان احساسات و اعتقادات خود بپردازند و بهبود تعاملات اجتماعی و اعتماد بنفس فرد را بطور مشخص مورد بحث قرار می‌دهد (یاداو، ۲۰۱۵)، اما تفاوت اثرگذاری آن در فرهنگ‌های مختلف متفاوت است. پژوهشها نشان می‌دهد که آموزش ابراز استقلال یا به بیان دیگر ابراز وجود در قالب برنامه‌های غربی که فرد گرا هستند در فرهنگ‌های شرقی مثل چین، ژاپن که دارای ساختار سلسله مراتبی انسجام درونی بالا و جمع گرا هستند به عنوان شکلی از تهدید برای اطرافیان به حساب آید و روابط آنها را تحت تأثیر قرار دهد (چانگ^۲، ۲۰۰۷؛ باکی و استروم^۳، ۲۰۰۳؛ ری و چانگ^۴ و ری، ۲۰۰۳).

به این ترتیب هرچند آموزش جرات ورزی با افزایش عزت نفس در ارتباط است (بولا مکینده^۵، ۲۰۱۳؛ الما پاگادون^۶، ۲۰۱۷؛ ویلیامال و کاتیایینی^۷، ۲۰۱۷؛ تلمما، ماریا، ماریا و تورچیووا^۸، ۲۰۰۳؛ اسکین^۹، ۲۰۱۷) اما می‌تواند مشکلاتی را در منظومه خانواده و یا جامعه ایجاد کند. به نظر می‌رسد آموزش جرات ورزی نیز مانند همه مداخلات روان‌شناسی نیازمند انطباق فرهنگی و زمینه‌ای است. لذا پژوهش حاضر تأثیر آموزش جرات ورزی معیار محور را مورد آزمون قرار داد. در این الگوی آموزشی آزمودنیها با تاکید بر اخلاق دگر پیرو و ویژگیهای جمع‌گرایی می‌آموزند که ضمن حق دفاع از خود

^۱ Khawar, R., & Malik, F.

^۲ Chang,M

^۳ Buki, L.P., Ma, T.C., & Strom, R.D., Strom, S.K.

^۴ Rhee, S., Chang, J., & Rhee, J.

^۵ Bola O. Makinde& Akin Akinteye, J.

^۶ Elma S. Pagaduan

^۷ Valliammal S &Kathyayini, B.V

^۸ Thelma R-M, Maria A. A, Maria A. H and Torchiva, M

^۹ Eskin, M.

در برابر رفتارهای پر خاشگرانه دیگران حريم و حق سنین مختلف از جمله حق والدین، همسایگان، ضعیف تراها، کوچکترها، بزرگترها، اولیا مدرسه و ناظمان اجتماع مثل پلیس را با توجه به نقشهای متفاوت شان در نظر داشته باشد. در این الگو همراه با آموزش مهارت‌های اجتماعی، بین شخصی و حل تعارض، آزمودنی یاد می‌گیرد که در فضایی چند وجهی و چند نقشی به گونه‌ای عمل کند که ضمن ابراز حق خود ارتباط با دیگران را خدشه دار ننماید. لذا در این پژوهش به دنبال پاسخ این سوال بود که میزان تأثیرآموزش ابراز وجود فرهنگ محور بر عزت نفس فرزندان طلاق چقدر است؟

روش پژوهش

پژوهش حاضر از نوع کاربردی با روش نیمه آزمایشی پیش‌آزمون- پس‌آزمون با گروه کنترل است. جامعه آماری این پژوهش را، نوجوانان طلاق ساکن در مراکز بهزیستی سال ۱۳۹۵ تشکیل می‌دهند. روش نمونه‌گیری به صورت تصادفی انجام شد. به این صورت که از میان مراکز حمایت کننده از فرزیدان طلاق، یک مرکز انتخاب شد. معیارهای ورود به پژوهش رضایت و تمایل به خودافشایی، ارایه اطلاعات و تجربیات خود، سن بین ۱۲-۱۵ در نظر گرفته شده بود. حجم نمونه شامل ۳۰ نوجوان ساکن در یکی از مراکز بهزیستی با نمونه‌گیری از طریق فراخوان در محل و بصورت تصادفی از بین ۴۷ داوطلب که پایین ترین نمره را در عزت نفس داشتند انتخاب شد و سپس در دو گروه آزمایش و گواه (هر گروه ۱۵ نفر) جایگزین شد. گروه آزمایشی تحت آموزش ابراز وجود فرهنگ محور در ۱۰ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای گروهی قرار گرفت و گروه کنترل در لیست انتظار ماند.

ابزار پژوهش

پرسشنامه کوپر اسمیت

پرسشنامه عزت نفس کوپر اسمیت ۱۹۶۷ تهیه و تدوین شد. این پرسشنامه دارای ۵۸

ماده است که ۸ ماده آن دروغ سنج است. در مجموع ۵۰ ماده آن به ۴ مقیاس عزت نفس خود، عزت نفس اجتماعی، عزت نفس خانواده و عزت نفس مدرسه تقسیم می‌شود. این مقیاس علاوه بر ۴ خرده مقیاس، یک نمره کلی به دست میدهد. در پژوهش‌های مختلفی روایی و اعتبار پرسشنامه کوپراسمیت بررسی شده است. در پژوهش وجودانی ضریب پایایی به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۶ بدست آمد. همچنین پور فرجی (۱۳۸۰) ضرایب پایایی آن را با استفاده از آلفای کرونباخ ،۰/۵۲ گزارش کرد. در پژوهش دیگری غباری بناب و حجازی (۱۳۸۶) در پژوهش خود آلفای کرونباخ این پرسشنامه را ۰/۸۷ گزارش کردند.

در بررسی روایی آزمون کوپراسمیت، ثابت (۱۳۷۵) و نایبی فرد (۱۳۸۲) روایی همگرایی مثبت بالای ۰/۶۰ را گزارش دادند. در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ پرسشنامه مذکور ۰/۸۵ به دست آمد. مداخله تنظیم شده شامل جلساتی است که در جدول زیر به آن اشاره شده است:

جدول ۱. شرح جلسات مداخله

جلسه	موضوع
۱	تعیین اهداف و قوانین و هنجارهای گروه، آشنایی اعضای گروه با رهبر گروه، ارائه منشور گروه و قرار داد درمانی و اجرای پیش آزمون، بررسی مفهوم نقد و انتقادگری:
۲	بررسی فهم بیان احساسات و اثر آن بر دیگران، مضرات عدم بیان احساسات، بررسی تجربه‌های ابراز وجود تحلیل نقاط قوت و ضعف جرات ورزی تکلیف: مرور خاطرات ابراز وجود بصورت دو بدو در طول هفته
۳	بحث گروهی درباره تفاوت ابراز وجود با انواع رفتارهای دیگر، رفتارهای انفعالی، پرخاشگرانه و مبنی بر ابراز وجود، تفاوت ابراز وجود با انواع رفتارهای دیگر. تکلیف: مرور جاهایی که ابراز وجود موجب آزار اطرافیان شده است
۴	بررسی نقاط ضعف افراد در بیان سازنده و چگونگی فرضهای چند گانه درباره اثر نحوه‌های ابراز وجود. تکلیف: تمرین برای بیان یک خواسته بدون ایجاد تعارض
۵	تمرین خوب گفتن و خوب گوش کردن . بیان درخواست خود به شکل محترمانه . بیان ناراحتی از یک موقعیت به گونایی که در تعییر رفتار فرد مقابله مؤثر واقع شود و رابطه را به نفع هر دو تعییر دهد. تکلیف (تمرین آموخته‌ها در موقعیت و بررسی موارد موفق و شکست بصورت دو به دو)

جلسه	موضوع
۶	استفاده از تصدیق به عنوان پاسخی به انتقاد صحیح، استفاده از سه مولفه مهارت ابراز وجود هاله‌ای به عنوان پاسخی به انتقاد غیر سازنده و با قصد دخل و تصرف. (گزارش چگونگی حل عذاب و جدان) تکلیف: تهیه یک گزارش از مشاهده رفتار ارتباطی دیگران و تعیین نقاط ضعف و قوت
۷	مهارت جستجو، مهارت چرخش از محتوا به فرآیند، فن استراحت، مهارت آهسته تر کردن تعامل در هنگام رویارویی با انتقاد تکلیف: بیان حقوق افراد اطراف مثل همسایه دوست والدین کوچکتر بزرگتر ضعیف تر قوی تر در مباحث دویه دو
۸	اظهارات از موضع ابراز وجود، ۴ مولفه رفتارهایی که می‌توانیم از موضع ابراز وجود نشان دهیم، عبارتند از: ۱. توصیف موقعیت از دیدگاه خود و طرف مقابل و ناظر بیرونی ۲. توصیف احساسات خود طرف مقابل و ناظر بیرونی ۳. توصیف خواسته‌ها و توصیف نظر طرف مقابل و ناظر بیرونی ۴. توصیف تقویت جهت برانگیختن همکاری یا پیامدهای عدم همکاری. تکلیف: جمع کردن نظر یک فراز طرفهای مقابل در مورد یک تجربه درخواست
۹	بررسی تفاوت‌های رفتاری و نگرشی آزمودنی‌ها و بحث و نقد و مشارکت در بحث به عنوان حامی و اصلاح گر مهربان تکلیف: جمع بندي و نمره دهی به خود و یکدیگر در تغییرات انجام شده به صورت دو بدو
۱۰	حل مشکل با جرات (مبتنی بر ابراز وجود معیارمحور)، حل مشکل مبتنی بر ابراز وجود در ۵ مرحله صورت می‌گیرد: ۱. تعریف مشکل از دید خود طرف مقابل و ناظر بیرونی ۲. لیست کردن راه حل‌های ممکن بر اساس احساسات و خواسته‌های خود ، طرف مقابل و ناظر بیرونی ۳. بازنگری و حذف راه حل‌های غیر قابل تحمل برای خود و طرف مقابل و ناظر بیرونی ۴. انتخاب راه حل بین‌بنیان قابل پذیرش برای هر سه جزء پذیرش و یک طرح حمایتی ۵. ارزیابی موقیت‌ها آموزش مهارت‌های نگهداری و تداوم صحبت در مورد آموخته‌های گروه و نحوه‌ی به کارگیری آن در زندگی، خلاصه و جمع‌بندي جلسات و اختتام و در نهایت اجرای پس آزمون

یافته‌های پژوهش

تجزیه و تحلیل داده‌های این پژوهش در دو سطح آمار توصیفی و استنباطی صورت می‌گیرد. در سطح آمار توصیفی با استفاده از مشخصه‌های آماری نظیر فراوانی، درصد، میانگین، و انحراف استاندارد به تجزیه و تحلیل داده‌ها پرداخته و در سطح آمار استنباطی متناسب با سطح سنجش داده‌ها و رعایت پیش فرضها از آزمون تحلیل

کواریانس به منظور بررسی اثربخشی آموزش ابراز وجود فرهنگ محور بر عزت نفس فرزندان نوجوان خانواده‌های طلاق استفاده شد.

جدول ۲. نمرات عزت نفس افراد شرکت‌کننده در پژوهش

متغیر	شاخص آماری	آزمون	گروه‌ها
عزت نفس			
۲۹/۴۰	میانگین	پیش آزمون	آزمایش
۷/۴۴	انحراف استاندارد		
۳۰/۲۰	میانگین		
۲۹/۰۷	میانگین تعديل شده		
۵/۰۷	انحراف استاندارد		

متغیر	شاخص آماری	آزمون	گروه‌ها
عزت نفس			
۲۲/۹۳	میانگین	پیش آزمون	کنترل
۵/۹۰	انحراف استاندارد		
۲۳/۸۷	میانگین		
۲۲/۱۸	میانگین تعديل شده		
۹/۶۸	انحراف استاندارد		

همانطور که جدول ۲ نشان می‌دهد میانگین و انحراف معیار عزت نفس به ترتیب در پیش آزمون گروه‌آزمایش ۷/۴۴ و ۲۹/۰۷ و گروه کنترل ۲۲/۹۳ و ۵/۹۰ شد. میانگین و انحراف معیار این متغیر در پس آزمون گروه آزمایش ۳۰/۲۰ و ۵/۰۷ و ۲۳/۸۷ و ۹/۶۷ در گروه کنترل شد. همانطور که ملاحظه می‌شود میانگین در پس آزمون گروه آزمایش بیشتر از گروه کنترل است.

مفروضه‌ی نرمال بودن در متغیر عزت نفس در دو گروه با سطح معناداری ($p < 0.05$) مورد تایید قرار گرفت. آزمون لوین برای بررسی مفروضه‌ی یکسانی واریانس‌ها در دو

گروه در متغیر عزت نفس انجام شد و با $F=3/15$ و سطح معناداری $0/087$ تأیید شد ($p<0/05$). آزمون واریانس برای بررسی شبیه رگرسیون در متغیر عزت نفس در دو گروه با $F=0/006$ و سطح معناداری $0/93$ تأیید شد ($p<0/05$).

جدول ۳. نتایج تحلیل کوواریانس تک متغیری بر روی نمرات تعديل شده‌ی متغیر عزت نفس بین دو گروه کنترل و آزمایش

شاخص آماری متغیرها	مجموع مجذورات	درجه آزادی	F	سطح معناداری	اندازه اثر	توان آزمون
پیش آزمون گروه	۵۲/۰۴	۱	۰/۷۶	۰/۳۸	۰/۰۲	۰/۱۳
	۳۰۸/۰۴	۱	۵۴/۸	۰/۰۴۲	۰/۱۴	۰/۵۳
خطا کل	۱۸۲/۲۵	۲۷				
	۲۲۹/۰۰	۳۰				

با توجه به جدول ۳ نتایج تحلیل کوواریانس تک متغیری بین دو گروه بر روی نمرات تعديل شده‌ی متغیر عزت نفس با $F=54/8$ و سطح معناداری $0/042$ تفاوت معناداری را بین دو گروه در سطح 95 درصد اطمینان نشان می‌دهد ($p<0/05$). یعنی آموزش مهارت‌های ابراز وجود در افزایش عزت نفس نوجوانان طلاق مراکز بهزیستی مؤثر بوده است. پس فرض صفر رد و فرض پژوهشی تأیید شد. میانگین تعديل شده‌ی گروه آزمایش در این متغیر $29/07$ و در گروه کنترل $22/18$ بوده است که میانگین گروه آزمایش بیشتر از گروه کنترل بوده است.

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج این پژوهش نشان داد، آموزش ابراز وجود فرهنگ محور بر عزت نفس نوجوانان مراکز بهزیستی متعلق به خانواده‌های طلاق مؤثر است و عزت نفس گروه آزمایش، بعد از آموزش ابراز وجود فرهنگ محور افزایش یافت.

بنابراین نتایج پژوهش از جهت آماری معنادار بود و هر چند این الگو برای اولین بار در این شکل و محتوى ارایه شده است و مستقیماً نمى توان نتایج آن را با موارد کاملاً مشابه مقایسه کرد ولی لاقل در بعضى از بخشها با پژوهش‌های ذيل هم آهنگی و انطباق دارد. نتایج اين پژوهش با پژوهش‌های مطالعه نيوشا فرقانى و سفرى^(۱)، آنيامن و چينيولا^(۲)، ساکان، تاران، پپى و دوگان^(۳) (۲۰۱۵)، محمد و ماهروس^(۴) (۲۰۱۶) همسو است. اين پژوهش‌ها نشان مى دهند افرادي که در ابراز افکار، عقاید و احساسات خویش در موقعیت‌های مختلفی با ناکامی رو برو می‌شوند و در بسیاری از مواقع با شکست رو برو می‌شوند و به این ترتیب عزت‌نفس پایین در آن‌ها شکل می‌گيردو اين شکست‌های پیاپی به استرس، انزوا و خود کم بینی آن‌ها را در محیط‌های تعاملی منجر می‌شود.

همچنین يافته‌های پژوهش کیا و همکاران (۱۳۹۵) نيز نشان داد افرادي که تحت آموزش ابراز وجود قرار می‌گيرند علاوه بر آنکه عزت‌نفس افراد تحت آموزش افزایش می‌يابد همچنین افزایش دانش، بهبود مهارهای زندگی و ارتقا سلامت روان آنان منجر می‌شود.

مانش، فلاحزاده، کوچه‌بیوکی و عربی و سهامی^(۵) (۲۰۱۵) نيز بیان می‌کنند که آموزش ابراز وجود موجب می‌شود قاطعیت و مهارت‌های اجتماعی فرد افزایش يابد و اضطراب اجتماعی فرد کاهش پیدا کند که بدنبال آن عزت‌نفس فرد افزایش می‌يابد. با توجه به مولفه‌های ابرز وجود که در آن به افراد کمک می‌کند که احساساتی که بگونه‌ای مستقیم انکار شده‌اند، تجربه شوند. بر پایه مهارت ابراز وجود فرهنگ محور فرد ارزش‌های فرهنگی را درونی می‌کند که می‌خواهد با آن زندگی کند و وقتی فرد

^۱ Niusha B, Farghadani A, Safari N.

^۲ Anyamene, A.A &Chinyelu, N

^۳ Sucan,S.Turan,M.B.Pepe,O. Dogan,D.

^۴ Mohamed,M,M and Mahrous, D

^۵ Manesh RS, Fallahzadeh S, Panah MSE, Koochehbiuki N, Arabi A, Sahami MA.

نسبت به خواستهای محیط خود همراه با خواستهای شخصی خود آگاه می‌شود در پویایی‌های ارتباطی توانایی‌های فرد در حل مسایل زندگی افزایش می‌یابد. در این الگو نگاه انتقادی و نگاه چند وجهی به هر مساله‌ای در برقراری ارتباط سازگارانه مؤثر است. در این آموزش فرد می‌آموزد در کنار حقوق او حق‌های دیگری وجود دارد و برای زندگی مصلحانه همه‌ی اینها باید در یک فضای مشترک فرهنگی معنا شود. به این ترتیب فرد در بیان خواستهای خود به شیوه‌ای سازگارانه با محیط مهارت می‌یابد.

در این پژوهش نیز مانند سایر پژوهش‌هایی که در حوزه‌ی علوم رفتاری انجام می‌شود، محدودیت‌هایی وجود داشت از جمله میتوان به این اشاره کرد که چون گروه نمونه این پژوهش نوجوانان ساکن در مراکز بهزیستی بوده است و افراد ساکن در این مراکز عموماً از طبقات خاص اقتصادی فرهنگی است تعمیم نتایج به گروه‌های دیگر باید با احتیاط صورت بگیرد. با توجه به یافته‌های پژوهش پیشنهاد می‌شود که پژوهش حاضر بصورت کیفی و عمیقتر بررسی شود تا مشخص شود چه عوامل دیگری عزت نفس را با چالش روبرو می‌کند به طور مثال نقش مربی، مشاور، مسئول مراکز بهزیستی بررسی شود. همچنین پیشنهاد می‌شود میزان اثر گذاری الگوی فرهنگ محور و الگوهای بومی نشده مقایسه شود.

منابع

- کیا، سهراب؛ شعبانی، حامد؛ احقیر، قادر و مدانلو، مهدی. (۱۳۹۵). تأثیر آموزش ابراز وجود بر عزت نفس دانش‌آموزان. نشریه تخصصی روان‌پرستاری، ۴ (۱)، ۴۵-۳۹.
- ربیعی، لاله؛ اسلامی، امیر؛ مسعودی، راحله و سلحشوری، آمنه. (۱۳۹۱). اثربخشی برنامه جرات ورزی بر میزان استرس، اضطراب، و افسردگی دانش‌آموزان دبیرستانی. فصل نامه تحقیقات نظام سلامت، ۸ (۵)، ۸۵۶-۸۴۴.
- Anyamene, A.A &Chinyelu, N. (2016). Effects of Assertive Training on the Low Self-Esteem of Secondary School Students. American Research Institute for Policy Development, 4 (1), 65-78.
- Bola O. Makinde& Akin Akinteye, J. (2013). Effects of Mentoring and Assertiveness Training on Adolescents' Self-Esteem in Lagos State Secondary Schools, International Journal of Social Science Studies, Vol. 2, No. 3

- Brever, M.M. (2010).The effects of child gender and child age at the time of parental divorce on the development. COLLEGE OF SOCIAL AND BEHAVIORAL SCIENCES, Dissertation Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree of Doctor of Philosophy Psychology Educational Track.
- Buki, L.P., Ma, T.C., & Strom, R.D., Strom, S.K. (2003). Chinese immigrant mothers of adolescents: Self-Perceptions of acculturation effects on parenting
- Chang,M. (2007).Cultural differences in parenting styles and their effects on teens' self-esteem, perceived parental relationship satisfaction, and self-satisfaction
- Chaves, T.P., Simão, I.S., Oliveira, I.P., Souza, D.H., Iunes, D.A. (2013), NogueiraAssessment of nursing students' self-esteem at a university in the South of Minas Gerais (Brazil) Invest. Educ. Enferm., 31 (2) 261-269.
- Elma S. Pagaduan (2017). Assertiveness, Self-Esteem and Academic Performance in Speech and Oral Communication of Filipino Junior Secondary Teacher Education Students, Asia Pacific Journal of Multidisciplinary Research Vol. 5 No.3, 36-42
- Eskin, M. (2003). Self-reported assertiveness in Swedish and Turkish adolescents: A cross-cultural comparison. Scandinavian Journal of Psychology,44, 7-12
- Gündoğdu, R. (2012). Effect of the creative drama-based assertiveness programon the assertiveness skill of psychological counsellor candidates. Educational Sciences. Theoryand Practice, 12 (2), 677-6۹۳.
- Khawar, R., & Malik, F. (2016). Bullying behavior of pakistani pre-adolescents: Findingsbased on Olweus questionnaire. Pakistan Journal of Psychological Research, 31, 23–43.
- Kutlu, Y. (2009). *The effect of assertiveness training in a group of nursing students*. Maltepe University J. Nurs. Sci. Art, 2 (3), 3-1
- Lacobucci, B.J., Daly, D., Lindell, M.Q. (2012). GriffinProfessional values, self-esteem, and ethical confidence of baccalaureate nursing studentsNurs. Ethics, 20 (4), 479-490.
- Manesh RS, Fallahzadeh S, Panah MSE, Koochehbiuki N, Arabi A, Sahami MA. (2015). The Effectiveness of Assertiveness Training on Social Anxiety of Health Volunteers of Yazd. Psychology. 6 (6): 782.
- McClain,C,S.,Rosenfeld,B.,& Breitbart, W. (2003).Effect of spiritual well-being on end-of-life despair in terminallay-ill cancer patients.The Lancet, 361, 1603-۱۶۰۷.
- Mohamed,M,M and Mahrous, D. (2016). *Effect of Assertive Training Program on Social Interaction Anxiety and Self - Esteem of Institutionalized Patients with Chronic Schizophrenia. IOSR Journal of Nursing and Health Science), 36-4۱*
- Niusha B, Farghadani A, Safari N. (2012). Effects of assertiveness training on

- test anxiety of girl students in first grade of guidance school. Procedia-Social and Behavioral Sciences, 46: 1385-9.
- Orth, U., & Robins, R.W. (2014). The Development of Self-Esteem, Current Directions in Psychological Science,23 (5) 381-3&v.
 - Rhee, S., Chang, J., & Rhee, J. (2003). Acculturation, communication patterns, and self-esteem among Asian and Caucasian American adolescents. Adolescence, 38. 768-749.
 - Sucan,S. Turan,M.B.Pepe,O. Dogan,D. (2015).The Relationship with Self Esteem Between Assertiveness Levels of Sub-Elite In-Door Soccer Players, International Journal of Science Culture and Sport (IntJSCS) 3 (3), 156-162.
 - Thelma R-M, Maria A. A, Maria A. H and Torchiva, M. (2017). Gaining Self-Protective Knowledge and Self-Assertiveness Skills in Kindergarten, Research Congress
 - Valliammal S &Kathyayini, B.V. (2017). Assertiveness and Self-Esteem in Indian Adolescents Galore International Journal of Health Sciences and Research, Vol.2; Issue: 4
 - Yadav, B. (2015). Efficacy of Social Skills Training in Schizophrenia: A Nursing Review. Current Nursing Journal, 2 (1), 25-3&v.