



پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد: فرزانه مصطفوی، ۱۳۹۶

## بررسی اثربخشی آموزش مهارت جرات‌ورزی بر خودپنداره و روابط بین‌فردی دانش‌آموزان دختر هنرستان‌های فنی و حرفه‌ای شهرستان سبزوار

پژوهش حاضر با هدف بررسی تأثیر مهارت جرات‌ورزی بر خودپنداره و روابط بین‌فردی دانش‌آموزان انجام گردید. جامعه آماری این پژوهش را دانش‌آموزان دختر هنرستان‌های فنی و حرفه‌ای شهرستان سبزوار تشکیل می‌دهند. روش پژوهش از نوع نیمه‌آزمایشی پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه کنترل بود. به همین منظور تعداد 40 نفر از دانش‌آموزان دختر هنرستان‌های فنی و حرفه‌ای شهرستان سبزوار در سال تحصیلی 95-96 مشغول به تحصیل بودند با استفاده از روش تصادفی خوشه‌ای انتخاب شدند و در دو گروه آزمایش و کنترل (هر گروه 20 نفر) قرار گرفتند. گروه آزمایش به مدت یک ماه و نیم و طی هشت جلسه 60 تا 90 دقیقه‌ای تحت آموزش مهارت جرات‌ورزی قرار گرفتند و گروه کنترل این آموزش را دریافت نکردند. برای گردآوری داده‌ها از دو نوع پرسش‌نامه خودپنداره SCQ و پرسشنامه روابط بین‌فردی منجمی زاده استفاده گردید و در تحلیل داده‌ها از نرم‌افزار spss و روش آمار توصیفی و تحلیل کوواریانس استفاده گردید. نتایج بدست آمده نشان داد نمره خودپنداره و روابط بین‌فردی آزمودنی‌های آزمایش بطور معناداری بیشتر از گروه کنترل بود. همچنین نمره خودپنداره و روابط بین‌فردی آنها نسبت به پیش‌آزمون، تغییر و تفاوت معناداری نشان داد. در نتیجه آموزش مهارت جرات‌ورزی بر خودپنداره و روابط بین‌فردی دانش‌آموزان دختر مؤثر بوده است.

**کلیدواژه‌ها:** مهارت جرات‌ورزی، خودپنداره، روابط بین‌فردی

شماره‌ی پایان‌نامه: ۱۲۷۲۰۶۱۳۹۵۱۰۰۶

تاریخ دفاع: ۱۳۹۶/۰۲/۲۶

رشته‌ی تحصیلی: مدیریت آموزشی

دانشکده: علوم انسانی

استاد راهنما: مرتضی بینش

### **M.A. Thesis:**

## The Effectiveness Of Assertiveness Skills Training On Self-concept And Interpersonal Relations Of Female Vocational schools Students In Sabzevar county

Current study has been conducted to survey the effect of assertiveness skill on self-esteem and interpersonal relations. Statistical population of this research was composed of Female Vocational schools students of Sabzevar county. The method of the study was semi-



experimental including pre-test and post-test. Therefore 40 Vocational schools students whom were studying in Sabzevar county, by using random clustering, were selected, and assigned into two groups of control and experimental (each 20 people).experimental group was trained by assertiveness skill in one month and half, and in 8 sessions of 66 and 90 minutes, and the control group didn't get this instructions. To collect the data, two types of questionnaire of self-esteem SCQ and Monajemi Zade interpersonal relationships was used. And the SPSS software used for analyzing the data, and descriptive and co-variance analysis method was used. The results showed that self-esteem score and interpersonal relations of subjects of research, were significantly higher than control group. Also self-esteem score and interpersonal relationships of them in comparison with pre-test, showed a significant variation and difference. Therefore teaching assertiveness skill on self-esteem and interpersonal relationships of Female students, was effective.