



Effectiveness of Education based on meta cognitive-cognitive-behavioral model and making an app protocol to assertiveness in dropout students

Fatemeh Ahmadi: Master's degree, Department of psychology, Faculty of humanities, Arak university, Arak, Iran.

Saeed Moosavipour*: Faculty member, Department of psychology, Faculty of humanities, Arak university, Arak, Iran.

Abstract

Introduction: Dropping out of school is a persistent problem in educational systems, making it important to improve the mental health of students who drop out. The aim of the current research is to investigate the effectiveness of training based on the cognitive-metacognitive-behavioral model and the "making an app" protocol on the assertiveness of teenage girls who have dropped out and are under the care of the Central Province Relief Committee.

Methods: This research is quasi-experimental. The sample group was selected voluntarily and included 25 adolescent girls, who were randomly divided into three groups. One group received training in both protocols, one group was trained only in the "making an app" protocol, and the third group served as the control group. The research tool was the Gambrill & Richey (1975) Assertiveness Questionnaire, which was administered as both a pre-test and post-test.

Findings: The data were analyzed using SPSS software version 26, employing the statistical method of analysis of covariance. The research showed that the difference between the three groups was statistically significant ($P < 0.05$). The most significant changes were observed in the group that received training in both protocols.

Conclusion: In the cognitive-metacognitive-behavioral model training, cognitive barriers to assertiveness were removed. Learning the skill of creating an app provided a platform for assertiveness by allowing the objectification of ideas and abilities. The combination of these two protocols, which was implemented for the first time in this study, was able to improve the participants' assertiveness cognitively, behaviorally, and skillfully.

Keywords: meta cognitive-cognitive-behavioral model, making an app protocol, assertiveness, dropout

***Corresponding author:** Faculty member, Department of psychology, Faculty of humanities, Arak university, Arak, Iran

E-mail: s-moosavipour@araku.ac.ir

Effectiveness of Education based on meta cognitive-cognitive-behavioral model and making an app protocol to assertiveness in dropout students

Introduction: Dropping out of school is a persistent issue in educational systems, highlighting the importance of improving the mental health of students who leave school. Dropping out can have adverse effects on individuals' lives, affecting both boys and girls similarly. Most people agree that the progress of any society depends on the education and training of efficient human resources. It is essential that the educational system of every country trains individuals with dynamic and creative thinking, enabling them to solve various social, cultural, economic, and other problems using available resources. When students drop out before completing their education, academic failure occurs. Research shows that dropping out of school is more common among students from low-income and marginalized classes, often due to the financial burden on their families. This is a significant factor contributing to the rise in school dropouts in Iran (Sayyah and Cheraghi 2021). Given that the Relief Committee is one of the institutions responsible for supporting the less privileged members of society and faces a high number of students dropping out each year, it is necessary to pay special attention to this issue. Understanding the dimensions of dropping out can help in nurturing the talents and abilities of children and teenagers. Educating students in a suitable environment enhances their mental health and increases their learning, whereas academic failure (including dropping out) and the resulting pressures can endanger students' mental health and cause various damages (Ahmadi 2016). Macro-level planning should include several key aspects of addressing the dropout phenomenon: identifying the reasons for dropping out, removing obstacles to returning to school when possible, providing mental health support for dropouts, and teaching them self-sufficiency and employment skills. In this context, the current research aims to promote mental health by improving assertiveness skills and teaching practical skills to dropout students.

Methods: The method of this research was quasi-experimental, using a pre-test and post-test design with a control group. This research was conducted in a demand-oriented manner after correspondence between Arak University and the Cultural Deputy of the Central Province Relief Committee, and the necessary arrangements were made. The code of ethics obtained for conducting the research is IR.ARAKU.REC.1402.030. To carry out the research, a list of teenage girls who had dropped out of school was obtained from the counseling unit of the General Administration of the Relief Committee of Central Province. From a total of 122 female dropouts, 25 were selected as voluntary participants and randomly divided into three groups. One group received training in both the metacognitive-cognitive-behavioral model and the "making an app" protocol, another group received only the "making an app" protocol training, and the third group served as the control group. Before the pre-test, participants were given instructions on how to complete the questionnaires. The Gambrell & Richey (1975) Assertiveness Questionnaire was administered before and after the training sessions in all three groups.

Results: The results indicate that training based on the metacognitive-cognitive-behavioral model and the professional skill of creating an app significantly impacts the assertiveness of teenage girls who have dropped out of school. The average scores of the control group showed only slight changes in assertiveness between the pre-test and post-test (1.778 points). There was a significant change in the assertiveness scores of the group that received both protocols (6.778 points). Additionally, the group that was trained only in the "making an app" protocol also showed changes in assertiveness between the pre- and post-tests (2.428 points). The univariate covariance analysis for the effects of the intervention on assertiveness revealed a significance level of less than 0.05, confirming the presence of a significant difference between the groups and supporting the research hypothesis. These results are

consistent with the findings of Lopez and Basco (2015), Arnold (2008), and Haji Hosni, Etamadi, Arin, and Pirsaghi (2011).

Conclusion: This finding can be explained using the theories of Volpe and Lazarus (1966) and Lang and Jakubowski (1976), which suggest that individuals who are overly concerned about the consequences of their behavior and who overestimate the risks involved tend to refrain from expressing themselves. Albert Ellis (1957) also posited that non-assertive behavior is more dependent on how a person perceives and imagines danger in a situation than on the actual stimulus risk. In the cognitive-metacognitive-behavioral protocol, these issues were addressed over twelve sessions, which included examining the usefulness of assumptions and rules, listing the advantages and disadvantages of these assumptions, adjusting them, teaching self-efficacy and assertiveness, identifying negative self-talk and cognitive distortions, correcting positive and negative super beliefs, and replacing unhelpful metacognitive strategies. The subjects were also trained in the application development professional skill protocol over 10 sessions. Aj et al. (2016) argue that individuals with assertiveness skills have self-confidence, positive feelings, thoughts, and attitudes towards themselves. Accordingly, through acquiring the professional skill of creating an app—one of the most up-to-date software skills globally—the subjects were able to build self-confidence and a positive attitude towards themselves and their abilities, thus providing a platform for assertiveness and the realization of their ideas and capabilities. The combination of these two training protocols effectively improved the assertiveness of participants both cognitively and behaviorally. The results of this study can assist government institutions in planning for the future of teenage students who have dropped out of school.

Keywords: meta cognitive-cognitive-behavioral model, proficiency of making an app, assertiveness, dropout students

مجله‌ی توسعه‌ی آموزش جندی شاپور
فصلنامه‌ی معاونت آموزشی
سال چهاردهم، ویژه‌نامه ۱۴۰۲
www.edj.ajums.ac.ir



اثربخشی آموزش بر پایه مدل شناختی-فراشناختی-رفتاری و پروتکل ساخت آپلیکیشن بر ابراز وجود دانش‌آموزان ترک تحصیل کرده

فاطمه احمدی: کارشناسی ارشد، گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی دانشگاه اراک، اراک، ایران.
سعید موسوی پور*: عضو هیأت علمی، گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه اراک، اراک، ایران.

چکیده

اهداف: ترک تحصیل هر ساله گریبان‌گیر نظام‌های آموزشی است و به همین دلیل ارتقای سلامت روان دانش‌آموزان ترک تحصیل کرده بر اهمیت است. هدف از پژوهش حاضر بررسی اثربخشی آموزش بر پایه مدل شناختی-فراشناختی-رفتاری و مهارت حرفه‌ای ساخت آپلیکیشن بر ابراز وجود دختران نوجوان ترک تحصیل کرده کمیته امداد استان مرکزی است.

روش: این پژوهش از نوع نیمه‌تجربی است. در این پژوهش گروه نمونه به شیوه‌ی داوطلبانه انتخاب شدند و شامل ۲۵ نفر از دختران نوجوان ترک تحصیل کرده بودند که تصادفاً در سه گروه قرار گرفتند. یک گروه تحت آموزش هر دو پروتکل، گروهی تنها تحت آموزش پروتکل ساخت آپلیکیشن قرار گرفت و گروه دیگر گروه گواه بود. ابزار پژوهش پرسشنامه ابراز وجود گمبریل و ریچی (۱۹۷۵) بود که به‌عنوان پیش و پس‌آزمون به‌کار گرفته شد.

یافته‌ها: داده‌ها با نسخه ۲۶ نرم‌افزار SPSS و روش آماری تحلیل کوواریانس مورد تحلیل قرار گرفتند. این پژوهش نشان داد تفاوت بین سه گروه از نظر آماری در سطح ۰/۰۵ معنادار بود و بیشترین تغییرات متعلق به گروهی بود که هر دو پروتکل را آموزش دیده است. **نتیجه‌گیری:** در آموزش مدل شناختی-فراشناختی-رفتاری به رفع موانع شناختی برای ابراز وجود پرداخته شد. همچنین یادگیری مهارت ساخت آپ باعث شد بستری برای ابراز وجود و عینی‌سازی ایده‌ها و توانایی‌ها فراهم شود. ترکیب آموزش این دو پروتکل که برای اولین بار در پژوهش حاضر صورت گرفت، توانست از لحاظ شناختی و از لحاظ رفتاری و مهارتی ابراز وجود شرکت‌کنندگان را بهبود بخشد.

واژگان کلیدی: مدل شناختی-فراشناختی-رفتاری، پروتکل ساخت آپلیکیشن، ابراز وجود، ترک تحصیل

*نویسنده مسئول: عضو هیأت علمی، گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه اراک، اراک، ایران.

s-moosavipour@araku.ac.ir

مقدمه

اکثر افراد بر روی این موضوع که پیشرفت هر جامعه وابسته به تعلیم و تربیت نیروی انسانی کارآمد است، اتفاق نظر دارند. ضروری است سیستم آموزشی هر کشور بتواند نیروهایی با تفکر پویا و خلاق تربیت کند تا این نیروها با بهره‌گیری از امکانات موجود بتوانند در جهت حل و فصل مسائل مختلف اعم از اجتماعی، فرهنگی، اقتصادی و... تلاش کنند. حال چنانچه بخشی از این نیروی انسانی پیش از پایان یک دوره تحصیلی در نظام تعلیم و تربیت، آن دوره را ترک گوید، پدیده شکست تحصیلی رخ می‌دهد. تحقیقات نشان می‌دهند پدیده ترک تحصیل در بین دانش‌آموزان طبقات پایین از لحاظ درآمدی و طبقات حاشیه‌نشین با هدف کاهش بار مالی خانواده آمار بالایی را به خود اختصاص داده است. این امر بخش عظیمی از رشد ترک تحصیل در ایران را نیز تبیین می‌کند (سیاح و چراغی ۱۴۰۰). با توجه به اینکه کمیته امداد از جمله نهادهایی است که وظیفه حمایت از طبقات کم‌برخوردار جامعه را برعهده دارد و سالانه با آمار بالایی از پدیده ترک تحصیل دانش‌آموزان مواجه است، لذا ضروری است به امر ترک تحصیل در میان جامعه تحت پوشش این نهاد توجه ویژه‌ای شود تا بتوان با شناخت ابعاد آن، استعدادها و توانایی‌های کودکان و نوجوانان را بارور کرد. تحصیل دانش‌آموزان در محیط آموزشی مناسب باعث می‌شود تا آنان همگام با افزایش میزان یادگیری، در مسیر تأمین و ارتقاء سلامت روان نیز حرکت کنند و برعکس در صورتی که پدیده شکست تحصیلی (شامل افت تحصیل یا ترک تحصیل) و فشار ناشی از آن رخ دهد، بهداشت روانی دانش‌آموزان به خطر افتاده و دچار خسارت‌های گوناگونی می‌شوند (احمدی ۱۳۹۵).

برای آگاهی از اهمیت و ضرورت پرداختن به مسأله ارتقاء سلامت روان دانش‌آموزان ترک تحصیل کرده در ادامه به آمار رو به رشد ترک تحصیل که مرکز پژوهش‌های مجلس شورای اسلامی در سال ۱۴۰۱ گزارش نموده است، خواهیم پرداخت. مطابق پژوهشی که این مرکز در سال ۱۴۰۱ انجام داده است، آمار دانش‌آموزان ترک تحصیل دوره متوسطه اول در بازه

زمانی پیش گفته رو به رشد بوده است، به نحوی که در شاخص مذکور از ۶۰ هزار نفر به بیش از ۱۵۴ هزار نفر افزایش یافته است. یافته‌های این گزارش نشان می‌دهد نرخ جذب بسیار ناچیز بازماندگان از تحصیل در کنار تعداد بالای ترک تحصیل سالیانه (از ۳۴۷ هزار نفر تا ۲۷۰ هزار نفر) سبب شده است تا روند بازماندگی از تحصیل در نظام آموزش و پرورش تا سال ۱۳۹۹-۱۴۰۰ رو به رشد باشد (بیات و ملاشاهی ۱۴۰۱). با توجه به پیشینه موجود در واحد مشاوره کمیته امداد استان مرکزی برجسته‌ترین دلایل اقدام به ترک تحصیل عبارت است از: عدم علاقه به ادامه تحصیل به علت فقدان یا کمبود مهارت‌های روانشناختی، اشتغال به کار زود هنگام، ازدواج، مشکلات یادگیری و بیماری، کمبود امکانات مانند دور بودن مدرسه، فقر مالی و... تحقیقات نشان داده‌اند که نوجوانانی که در سنین پایین ترک تحصیل کرده و به ایفای نقش و رفتار بزرگسالان پرداختند متحمل خسارت زیادی در عملکرد در زندگی بزرگسالی شده‌اند. هر قدر نوجوانان بتوانند تجارب آموزشی را در خلال دوره نوجوانی کسب نمایند بهتر می‌توانند آماده رویارویی با چالش‌های زندگی در دوره بزرگسالی باشند.

تحقیقات نشان داده‌اند افراد ترک تحصیل کرده درگیر پیامدهای شناختی و فراشناختی از جمله کاهش اعتماد به نفس، عدم احساس ارزشمندی اجتماعی (بلوچ‌زهی ۱۳۹۵)، کاهش ابراز وجود (حسن‌آبادی و احمدیان‌نسب ۱۳۹۸)، ناتوانی در کشف استعدادها و هویت شخصی و در برخی موارد افسردگی (کوئیروگا، جانوسز، بیسش و مورین ۲۰۱۳) خواهند شد. از بین متغیرهایی که نام برده شد در پژوهش حاضر به مهارت ابراز وجود در دانش‌آموزان ترک تحصیل کرده خواهیم پرداخت. ابراز وجود به معنای ابراز افکار، احساسات و باورها به طریق خالصانه، مستقیم و مناسب است، بدون اینکه به حقوق دیگران لطمه وارد شود (نژاد سلیمانی ۱۳۹۱). هدف از بهبود مهارت ابراز وجود، بهبود عقاید و رفتارهای جرات‌مندانه است به‌طوری که افراد بتوانند با دیدی بهتر به خود بنگرند، به خود اعتمادی برسند و به‌طور مناسب عواطف و تفکرات فردی خود را نشان دهند. این مهارت‌ها از چندان

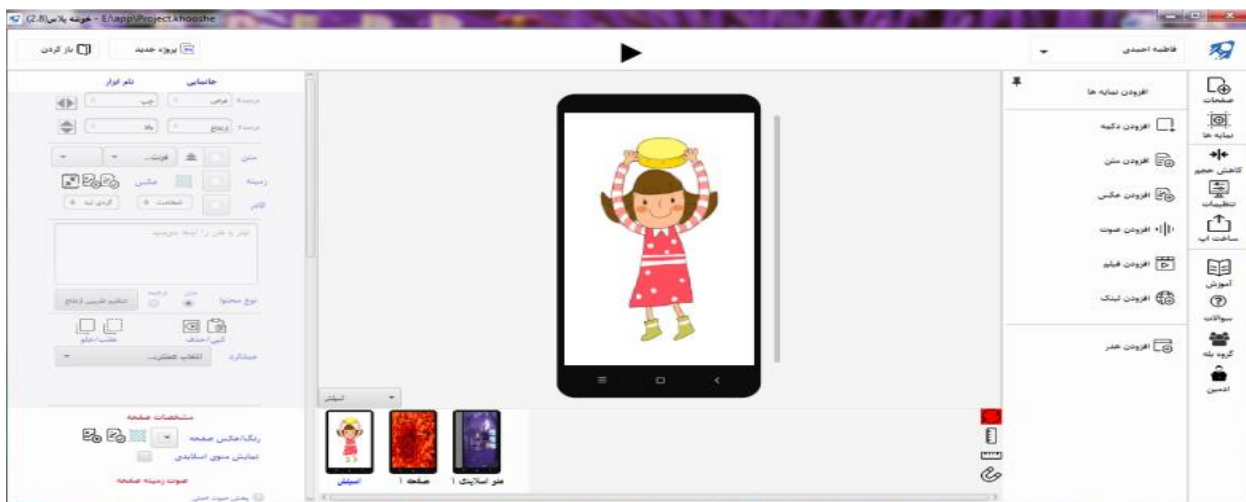
۲/۸ میلیون آپلیکیشن برای دانلود وجود دارد (کریمی، ۱۴۰۰). به همین دلیل فرصت‌های شغلی زیادی در این زمینه وجود دارد. علاوه بر آن، با یادگیری مهارت حرفه‌ای ساخت آپلیکیشن، می‌توان به حوزه یکی از پردرآمدترین مشاغل حال حاضر دنیا نیز ورود پیدا کرد (مخبریان ۱۳۹۷).

مهارت ساخت آپلیکیشن شامل فرایند ساخت نوعی نرم‌افزار است که می‌تواند بر روی رایانه، تبلت، گوشی هوشمند یا سایر دستگاه‌های الکترونیکی نصب و اجرا شود. طی این فرآیند ایده اولیه تبدیل به محصول نهایی (آپلیکیشن) می‌شود و می‌تواند مورد استفاده قرار گیرد. آپلیکیشن نوعی نرم‌افزار است که می‌تواند بر روی رایانه، تبلت، گوشی هوشمند یا سایر دستگاه‌های الکترونیکی نصب و اجرا شود. به آپلیکیشن‌ها «برنامه کاربردی» هم گفته می‌شود (کریمی ۱۴۰۰). در پژوهش حاضر مهارت ساخت آپلیکیشن بدون کدنویسی مدنظر قرار دارد. مهارت ساخت آپ بدون کدنویسی امروزه بسیار مورد توجه قرار گرفته و کاربران غیرحرفه‌ای را برای ساخت آپ‌هایی کاربردی مجهز کرده است. این شیوه سریع‌تر و در عین حال مقرون به‌صرفه‌تر از شیوه‌های دیگر آپ‌سازی است. تمام کسب و کارهای کوچک نیز دریافته‌اند برای ادامه‌ی حیات نیازمند طراحی آپلیکیشن مخصوص خود هستند (مخبریان، ۱۳۹۷). در حالی که هزینه‌ی تولید یک آپلیکیشن با کدنویسی می‌تواند بسیار بالا باشد، افراد عادی با دانش سطحی از کار با رایانه می‌توانند از ابزار بدون کد استفاده کنند. بنابراین کسانی که بتوانند مهارت ساخت آپلیکیشن بدون کدنویسی را فرا بگیرند ضمن توانایی در تبدیل ایده‌های شخصی خود به برنامه کاربردی تلفن همراه و کسب درآمد از آن، می‌توانند به همکاری با کسب و کارهای مختلف در زمینه ساخت آپلیکیشن اقدام نمایند. در پژوهش حاضر برای آموزش مهارت ساخت آپ از آپ‌ساز خوشه پلاس استفاده شده است.

اهمیتی برخوردارند که نارسایی در آن‌ها می‌تواند با ناکامی در برقرار کردن ارتباط موفق، احساس تنهایی، عزت نفس پایین، افسردگی، اضطراب اجتماعی و عدم موفقیت شغلی و تحصیلی و در یک کلام با مخاطرات جدی برای سلامت روان همراه باشد (ذوقی ۱۳۹۰).

به نظر می‌رسد آموزش، مدل‌هایی همچون مدل شناختی فراشناختی رفتاری می‌تواند در بهبود وضعیت فرد مؤثر باشد. در مدل شناختی فراشناختی رفتاری علاوه بر پرداختن به بعد فرایندی و پردازش اطلاعات، نقش محتوای افکار مانند باورهای هسته‌ای، تحریف‌های شناختی، افکار خودآیند منفی، پردازش پس‌رویدادی (post-event processing)، اجتناب شناختی (cognitive avoidance) (بساکن‌نژاد، معینی و مهربانی‌زاده هنرمند ۱۳۸۹)، ترس از ارزیابی منفی (بیدل، ترنر و کرک ۲۰۰۷)، ادراک سوگیرانه در عملکرد اجتماعی (وونکن و بوگلز ۲۰۰۸) و افکار خودآیند منفی (negative automatic thought) (مکاو، ماهونی و مولدس ۲۰۰۸) و بعد رفتاری نیز در نظر گرفته می‌شود.

همچنین به نظر می‌رسد، مهارت‌آموزی و کسب تخصص در زمینه‌ای خاص بر ابراز وجود اثرگذار است چرا که یادگیری مهارت حرفه‌ای ساخت آپلیکیشن به فرد، بستری برای عینی‌سازی ایده‌ها می‌دهد (گود و چپمن ۲۰۱۱). زمانی که فرد در زمینه خاص کسب مهارت می‌کند می‌تواند با اتکا به توانمندی خود به ابراز وجود در حیطه تخصص خود بپردازد. توسعه آپلیکیشن‌های مختلف بعد از ظهور گوشی‌های هوشمند رشد چشمگیری داشت. امروزه با بیش از ۲ میلیارد کاربر تلفن‌های هوشمند و بیش از ۱ میلیارد رایانه لوحی در جهان و با توجه به آمار دانلود و استفاده از آپلیکیشن‌های موبایلی، صنعت این نوع از آپلیکیشن به سرعت در حال پیشرفت است. در فروشگاه اپل ۲/۲ میلیون و در پلی استور



شکل ۱. محیط آپساز خوشه پلاس
Figure 1. Cluster Plus app environment

مخاطب، آن‌ها را با استفاده از خلاقیت و مهارت حرفه‌ای خود به جذاب‌ترین صورت ممکن در قالب اپلیکیشن ارائه خواهد کرد.

در ادامه به چند نمونه از سوابق پژوهشی داخلی و خارجی اشاره خواهد شد. بازرگان و امیری در سال ۱۳۹۷ تحقیقی با عنوان اثربخشی درمان شناختی رفتاری واحدپدازه‌ای بر اضطراب ریاضی و ابراز وجود دانش‌آموزان انجام دادند. نتایج این پژوهش حاکی از بهبود مهارت ابراز وجود بعد از انجام مراحل درمان شناختی رفتاری واحدپدازه‌ای برای گروه آزمایش بود. حاجی حسنی و همکاران در سال ۱۳۹۱ در پژوهشی به بررسی اثربخشی درمان شناختی رفتاری بر میزان ابراز وجود دانش‌آموزان پسر دوره راهنمایی پرداختند. نتایج نشان داد که بین گروه تحت درمان شناختی رفتاری و گروه گواه تفاوت معناداری وجود دارد. لویز و باسکو در سال ۲۰۱۵ پژوهشی با عنوان بررسی تأثیر درمان شناختی رفتاری در سلامت عمومی در ایالت تگزاس آمریکا انجام دادند. نتایج پژوهش آنان نشان داد درمان شناختی رفتاری بر بهبود همه ابعاد سلامت عمومی افراد (روانشناختی، جسمی، کارکرد اجتماعی و...) تأثیر مثبت معناداری دارد. آرنلود در سال ۲۰۰۸ مطالعه‌ای با موضوع نقش فناوری نو (اینترنت) در یادگیری و آموزش مهارت‌های ارتباطی دانش‌آموزان راهنمایی انجام داد. نتایج این مطالعه نشان داد که دانش‌آموزانی که از فناوری‌های نو آگاهی داشتند از

آپساز خوشه پلاس قابلیت‌های فراوانی دارد که در زیر به اهم موارد اشاره خواهد شد (وبسایت خوشه پلاس khoosheapps.ir):

- این آپساز به کاربر خود امکان ساخت اپلیکیشن محتوایی می‌دهد. مزیت تولید اپلیکیشن محتوایی در این است که می‌توان از طریق آن اطلاعات گسترده و حجیم را دسته‌بندی، خلاصه و ساده‌سازی کرد و به این ترتیب به دیگران کمک کرد در کوتاه‌ترین زمان به کسب اطلاعات مورد نیاز خود بپردازند.
- کاربر برای ساخت اپلیکیشن از طریق این نرم‌افزار نیازی به بر خورداری از دانش کدنویسی ندارد و می‌تواند به سهولت اقدام به ساخت آپ و فروش آن نماید.
- خوشه پلاس با بهره‌گیری از زبان فارسی برای کاربران دارای دانش سطحی از رایانه به سهولت قابل استفاده است.
- سایت خوشه پلاس در مناسبت‌های مختلف از طریق فراخوان جهت ساخت اپلیکیشن، امکان برگزاری مسابقه برای مخاطبان را فراهم می‌سازد که این ویژگی به جهت انگیزه بخشی در مخاطب و فراهم کردن امکان کسب درآمد حائز اهمیت است.
- شیوه‌ی کار در این نوع نرم‌افزار به این شکل است که کاربر ابتدا به جمع‌آوری اطلاعات در زمینه‌ای خاص اقدام می‌کند و بعد از سازماندهی و دسته‌بندی مطالب مطابق با نیاز

پژوهش ابتدا لیستی از دختران نوجوان ترک تحصیل کرده از واحد مشاوره اداره کل کمیته امداد استان مرکزی تهیه شد. سپس از مجموع ۱۲۲ نفر دانش‌آموز دختر ترک تحصیل کرده کمیته امداد استان مرکزی، ۲۵ نفر به شیوه داوطلبانه به عنوان نمونه انتخاب و به شکل تصادفی در سه گروه قرار گرفتند. یک گروه تحت آموزش هر دو پروتکل (مدل شناختی-فراشناختی-رفتاری و مهارت ساخت آپلیکیشن)، گروه دیگر تنها تحت آموزش پروتکل مهارت حرفه‌ای ساخت آپلیکیشن قرار گرفتند و گروه دیگر به عنوان گروه گواه بود. پیش از اجرای پیش‌آزمون توضیحاتی درباره شیوه پاسخگویی به پرسشنامه‌ها به آزمودنی‌ها داده شد (پیش و پس از برگزاری جلسات در سه گروه پرسشنامه‌های ابراز وجود اجرا شد). پس از اجرای پیش‌آزمون، در جلساتی جداگانه به گروه اول هر دو پروتکل (پروتکل آموزش مدل شناختی-فراشناختی-رفتاری طی ۱۲ جلسه و پروتکل ساخت آپلیکیشن طی ۱۰ جلسه) و به گروه دوم پروتکل ساخت آپلیکیشن طی ۱۰ جلسه آموزش داده شد و آزمودنی‌ها گام به گام تمرین‌ها را اجرا کردند. از آمار توصیفی و استنباطی برای تجزیه و تحلیل داده‌ها استفاده شد. روش آماری به کار گرفته شده در این پژوهش تحلیل کوواریانس بود. لازم به ذکر است که سه مفروضه اساسی اجرای تحلیل کوواریانس یعنی نرمال بودن توزیع داده‌ها، همگنی واریانس‌ها و همگنی ضرایب رگرسیون نیز بررسی و تأیید شده است. خلاصه پروتکل‌های مورد استفاده در این تحقیق در جدول ۱ آمده است.

مهارت‌های ارتباطی بالاتری برخوردار بودند و دانش‌آموزان با کمک اینترنت توانستند برنامه‌های آموزشی خود را با نیازهای جدید تفکر بشر هماهنگ سازند. در خصوص ضرورت انجام تحقیق به شکل خلاصه می‌توان گفت هدف پژوهش حاضر بررسی تأثیر آموزش پروتکل شناختی-فراشناختی-رفتاری و پروتکل ساخت آپلیکیشن بر ابراز وجود است. از آنجا که مطابق تحقیقات مولفه‌های مرتبط با سلامت روان مانند ابراز وجود در افراد ترک تحصیل کرده با کاهش مواجه می‌شود، به سراغ این نمونه رفتیم. پروتکل شناختی-فراشناختی-رفتاری از طریق تغییر نگرش‌ها و افکار ناکارآمد و مهارت حرفه‌ای ساخت آپ از طریق زمینه‌سازی برای بروز توانمندی‌ها می‌تواند بر ابراز وجود دختران نوجوان ترک تحصیل کرده اثرگذار باشد و نیز ترکیب این دو پروتکل می‌تواند منجر به بهبود ابراز وجود گردد. این پژوهش برای نخستین بار تأثیر ترکیب دو پروتکل شناختی و حرفه‌ای را مورد بررسی قرار خواهد داد و انتظار می‌رود ترکیب آموزشی مؤثرتر از آموزش شناختی یا حرفه‌ای به تنهایی باشد.

روش

روش پژوهش حاضر نیمه‌تجربی از نوع پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل بود. این پژوهش به صورت تقاضا محور پس از مکاتبه دانشگاه اراک با معاونت فرهنگی کمیته امداد استان مرکزی و انجام هماهنگی‌های لازم اجرا شد. کد اخلاق اخذ شده جهت اجرای پژوهش عبارت از IR.ARAKU.REC.1402.030 است. جهت اجرای

جدول ۱. پروتکل‌های مورد استفاده بر پایه مدل شناختی-فراشناختی-رفتاری

Table 1. Protocols used based on the cognitive-metacognitive-behavioral model

جلسه اول	آشنایی اعضای گروه با یکدیگر و قوانین گروه، آشنایی با چارچوب و قواعد شرکت در جلسات
جلسه دوم	تبیین ابعاد روانی-اجتماعی پدیده ترک تحصیل
جلسه سوم	شناسایی بایدها و چالش با تفکر بایاندیشی، آزمایشات رفتاری، پاداش به قراردادهای شخصی
جلسه چهارم	بررسی سودمندی فرض‌ها و قواعد، فهرست کردن مزایا و معایب آن، تصویرپردازی برای تعدیل فرض‌ها و قواعد
جلسه پنجم	تکنیک تمایز فکر از واقعیت و تکنیک مرز بین پیشرفت‌گرایی و کمال‌گرایی
جلسه ششم	آموزش خودکارآمدی و ابراز وجود، شناسایی خودگویی‌های منفی و تحریف‌های شناختی
جلسه هفتم	آموزش آرام‌سازی و ریلکسیشن و حساسیت‌زدایی
جلسه هشتم	آموزش مهارت‌های مقابله‌ای، خودتنظیمی، توقف فکر و ایفای نقش
جلسه نهم	معرفی تکنیک‌های به تعویق انداختن نشخوار فکری، اصلاح فراباورهای مثبت و منفی فرد، آموزش تکنیک اصلاح توجه
جلسه دهم	ارزیابی و شناسایی راهبردهای کنترل فراشناختی و اصلاح و جایگزین کردن راهبردهای فراشناختی سودمند، کاربرد تکنیک فاصله گرفتن از ذهن آگاهی در برخورد با راهبردها و افکار ناکارآمد فراشناختی
جلسه یازدهم	تلفیق و به‌کارگیری تکنیک‌های شناختی-فراشناختی-رفتاری
جلسه دوازدهم	جمع‌بندی و مرور جلسات

معنادار و $F = ۸۱/۷$ را گزارش نمود. همچنین این پروتکل دارای برآزنگی لازم بوده است ($RMR = ۰/۰۳$, $CFI = ۰/۹۹$, $GFI = ۰/۹۷$) (شهبازی‌راد ۱۳۹۵).

ب) پروتکل آموزش مهارت حرفه‌ای ساخت اپلیکیشن در جدول زیر آمده است.

الف) پروتکل آموزش بر پایه‌ی مدل شناختی-فراشناختی-رفتاری: شهبازی‌راد در سال ۱۳۹۵ به تدوین این مدل پرداخت و در پژوهش خود اثربخشی آن را بر کاهش علائم اضطراب اجتماعی بررسی کرد. وی این اثربخشی را در سطح $۰/۰۰۱$

جدول ۲. پروتکل آموزش مهارت حرفه‌ای ساخت اپلیکیشن

Table 2. Professional App Development Skills Training Protocol

جلسه اول	آشنایی با اپلیکیشن محتوایی (از طریق ارائه یک نسخه نهایی)
جلسه دوم	معرفی راه‌های کسب درآمد از طریق مهارت ساخت اپلیکیشن
جلسه سوم	معرفی نرم افزار «خوشه پلاس»
جلسه چهارم	آموزش نصب «خوشه پلاس» و نحوه عضویت در آن
جلسه پنجم	آشنایی با محیط خوشه پلاس و معرفی نمایه‌ها
جلسه ششم	آموزش تکنیک‌های انتخاب موضوع بر اساس نیازسنجی و شناسایی قشر هدف
جلسه هفتم	آموزش نحوه تهیه و خلاصه کردن محتوا متناسب با قابلیت‌های «خوشه پلاس»
جلسه هشتم	معرفی انواع صفحات اپلیکیشن (اصلی و فرعی) و آموزش ساخت آنها
جلسه نهم	آشنایی با تنظیمات پروژه (صدا گذاری، قراردادن آیکون، اضافه کردن عکس یا فیلم)
جلسه دهم	آموزش نحوه دریافت نسخه نهایی اپلیکیشن و درخواست نسخه موبایلی آن

ابزار گردآوری داده‌ها در این تحقیق پرسشنامه ابراز وجود گمبیریل و ریچی (۱۹۷۵) بود. این پرسشنامه در سال ۱۹۷۵ ساخته شده است و توسط بهرامی در سال ۱۳۷۵ به فارسی ترجمه شده است. این مقیاس دارای ۴۰ ماده اصلی است اما در برخی از مواد آن به علت عدم تطابق با فرهنگ ایرانی، تغییراتی در آن داده شده و به ۲۲ سؤال رسیده است.

این پروتکل آموزشی توسط متخصصین تنظیم شده، از وبسایت رسمی آپ‌ساز خوشه پلاس (khooshehapps.ir) استخراج و به دفعات در قالب آموزش‌های همگانی مورد استفاده قرار گرفته است. همچنین در پژوهش حاضر پروتکل ساخت اپلیکیشن با ارائه به متخصصین با ضریب توافق $۰/۹۵$ مورد تأیید قرار گرفت.

در پیش‌آزمون ۱۳۴/۲۲۲ و در پس‌آزمون ۱۳۶/۰۰۰ بود. همچنین انحراف معیار گروه گواه در پیش‌آزمون ۱۱/۲۶۶ و در پس‌آزمون ۱۲/۳۷۹ بود. میانگین گروه تحت آموزش هر دو پروتکل ساخت اپ و مدل شناختی-فراشناختی-رفتاری در پیش‌آزمون ۱۳۸/۴۴۴ و در پس‌آزمون ۱۴۵/۲۲۲ بود. همچنین انحراف معیار این گروه در پیش‌آزمون ۱۷/۶۷۱ و در پس‌آزمون ۱۷/۵۹۱ بود. میانگین گروه تحت آموزش پروتکل ساخت اپ در پیش‌آزمون ۱۴۱/۷۱۴ و در پس‌آزمون ۱۴۴/۱۴۲ بود. همچنین انحراف معیار این گروه در پیش‌آزمون ۱۴/۶۱۴ و در پس‌آزمون ۱۴/۶۱۰ بود.

بنابراین میانگین نمرات ابراز وجود در گروهی که تحت آموزش هر دو پروتکل قرار گرفته‌اند در پیش‌آزمون برابر ۱۳۸/۴۴۴ و در پس‌آزمون برابر ۱۴۵/۲۲۲ است و بنابراین افزایش داشته است. همچنین میانگین نمرات ابراز وجود در گروهی که تنها تحت آموزش پروتکل ساخت اپلیکیشن قرار داشته‌اند در پیش‌آزمون برابر با ۱۴۱/۷۱۴ و در پس‌آزمون برابر با ۱۴۴/۱۴۲ است و بنابراین افزایش یافته است. برای بررسی این مسئله که آیا این تفاوت‌ها از نظر آماری معنادار است یا خیر باید داده‌ها مورد تحلیل استنباطی قرار بگیرند که در ادامه به آن پرداخته می‌شود. برای تحلیل استنباطی با استفاده از آزمون تحلیل کوواریانس لازم است تا پیش‌فرض‌های مورد نیاز بررسی شود. این پیش‌فرض‌ها عبارتند از: نرمال بودن داده‌ها، برابری ماتریس‌های واریانس-کوواریانس، همگن بودن واریانس‌ها و همگنی شیب‌های رگرسیون که در ادامه به بررسی هر یک می‌پردازیم. از جمله پیش‌فرض‌های تحلیل کوواریانس نرمال بودن توزیع نمرات در گروه‌هاست. برای سنجش نرمال بودن از آزمون شاپیرو ویلک استفاده شد. با توجه به نتایج موجود در جدول ۳ که نشان می‌دهد مقادیر مربوط به سطوح معناداری در هر دو حالت پیش‌آزمون و پس‌آزمون بیش از ۰/۰۱ می‌باشد، فرض نرمال بودن داده‌ها را پذیرفته و می‌توان برای بررسی فرضیه‌ها از روش‌های پارامتری استفاده نمود.

هدف این مقیاس سنجش رفتارهای جرات‌ورزانه افراد است. هر سؤال شامل یک جمله است و هر جمله بیانگر یک موقعیت است که آزمودنی فراوانی رفتار خود را در قبال هر جمله تعیین می‌کند. هر ماده این پرسشنامه دربرگیرنده یک طیف لیکرت ۵ درجه‌ای است (خیلی زیاد: ۵، زیاد: ۴، نه زیاد نه کم: ۳، کم: ۲ و خیلی کم: ۱). برای نمره‌گذاری این مقیاس، نمره‌های داده شده جمع می‌گردد. حداقل نمره فرد در این مقیاس ۲۲ و حداکثر ۱۱۰ می‌باشد. هشت طبقه از پاسخ‌های ابراز وجود که در این پرسشنامه قرار دارد عبارت است از: شروع و برقراری ارتباط، بیان و ابراز محدودیت‌های شخصی، رد تقاضا، کنار آمدن و پذیرش انتقاد، ابراز احساسات مثبت، نه گفتن، پذیرش تفاوت داشتن با دیگران و ابراز وجود در مواقعی که باید کمک کرد. ضریب اعتبار این پرسشنامه به روش‌های آلفای کرونباخ و دو نیمه کردن توسط گمبیل و ریچی (۱۹۷۵) به ترتیب ۰/۸۱ و ۰/۸۳ گزارش شده است. پس از حذف ۱۸ ماده و هماهنگی با فرهنگ ایرانی، ضریب پایایی توسط شهره آملی در انستیتو روان‌پزشکی تهران بر روی ۴۰ دانش‌آموز دختر راهنمایی با فاصله زمانی ۲۵ روز، ۰/۸۲ تعیین شد. روایی آن از نظر استادان دانشگاه علامه طباطبایی تهران تأیید و روایی عاملی ماده‌های این آزمون بین ۰/۳۹ تا ۰/۷۵ گزارش شده است (به نقل از محمودی، عظیمی و زرغامی ۱۳۸۳).

یافته‌ها

در این پژوهش سه گروه وجود دارد؛ یک گروه به عنوان گروه گواه (با فراوانی ۹ نفر)، یک گروه به عنوان گروهی که تحت آموزش هر دو پروتکل قرار گرفته‌است (با فراوانی ۹ نفر) و یک گروه نیز به عنوان گروهی که تنها تحت آموزش پروتکل ساخت اپلیکیشن قرار گرفته است (با فراوانی ۷ نفر). از شرکت‌کنندگان در این پژوهش پیش‌آزمون و پس‌آزمون گرفته شد که میانگین و انحراف معیار نمرات آنان در پیش‌آزمون و پس‌آزمون به این شرح است: میانگین گروه گواه

جدول ۳. نتایج آزمون نرمال بودن در پیش‌آزمون و پس‌آزمون

Table 3. The results of the normality test in the pre-test and post-test

پس‌آزمون		پیش‌آزمون		متغیر	
سطح معناداری	آماره	سطح معناداری	آماره	گروه‌ها	
۰/۰۵۴	۰/۸۳۸	۰/۰۶۶	۰/۸۴۵	گواه	ابزار وجود
۰/۴۶۸	۰/۹۲۹	۰/۴۷۹	۰/۹۳۰	ساخت آپ و شناختی-فراشناختی-رفتاری	
۰/۴۲۰	۰/۹۱۳	۰/۳۷۳	۰/۹۰۷	ساخت آپ	

خطوط رگرسیون موازی یا به عبارتی همگن و برابر باشند. بررسی لازم جهت همگنی شیب‌های رگرسیون همگنی واریانس‌ها انجام شد و نتایج آن برای هر یک از متغیرهای ابزار وجود، در جدول زیر گزارش شده است. با توجه به مقادیر گزارش شده در جدول ۴ می‌توان گفت به دلیل آنکه سطح معناداری ۰/۵۹۶ است و بیش از ۰/۰۵ می‌باشد، همگنی شیب رگرسیون در متغیر ابزار وجود برقرار است.

همچنین ضروری است پیش از اجرای آزمون تحلیل کوواریانس فرض همگنی واریانس‌ها نیز بررسی گردد. جهت بررسی همگنی واریانس‌ها برای متغیر ابزار وجود از آزمون لوین استفاده شد. به دلیل آنکه سطح معناداری برای متغیر ابزار وجود برابر با ۰/۹۹۵ است و از ۰/۰۵ بیشتر بود فرض همگنی واریانس‌ها برقرار است. از جمله دیگر پیش فرض‌ها برای استفاده از آزمون تحلیل کوواریانس بررسی همگنی شیب‌های رگرسیون است و لازم است

جدول ۴. اثرات آزمون بین گروهی جهت بررسی همگنی شیب‌های رگرسیون

Table 4. The effects of the intergroup test to check the homogeneity of the regression slopes

منبع	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری
گروه	۱۲/۰۹۵	۲	۶/۰۴۷	۰/۹۲۹	۰/۴۱۲
پیش‌آزمون	۴۳۰/۱۰۹۵	۱	۴۳۰/۱۰۹۵	۶۶۰/۴۷۵	۰/۰۰۰
گروه*پیش‌آزمون	۶/۹۲۹	۲	۳/۴۶۵	۰/۵۳۲	۰/۵۹۶
میزان خطا	۱۲۳/۷۳۰	۱۹	۶/۵۱۲		
مجموع	۵۰۶۶۹۲/۰۰۰	۲۵			

نمرات گروه گواه در پیش و پس‌آزمون در متغیر ابزار وجود تغییر کمی داشته است (۱/۷۷۸ نمره). میانگین نمرات گروهی که تحت آموزش هردو پروتکل قرار داشته‌اند در پیش و پس‌آزمون در متغیر ابزار وجود تغییر قابل توجهی داشته است (۶/۷۷۸ نمره). همچنین میانگین نمرات گروهی که تحت آموزش پروتکل ساخت اپلیکیشن قرار داشته‌اند در پیش و پس‌آزمون در متغیر ابزار وجود تغییر داشته است (۲/۴۲۸ نمره).

با توجه به برقراری پیش‌فرض‌ها جهت بررسی تأثیر آموزش بر پایه مدل شناختی-فراشناختی-رفتاری و مهارت حرفه‌ای ساخت اپلیکیشن بر ابزار وجود دختران نوجوان ترک تحصیل کرده از آزمون آماری تحلیل کوواریانس تک متغیره استفاده شد. خلاصه‌ای از نتایج در رابطه با فرضیه اول این پژوهش در جدول ۵ گزارش شده است. همان‌طور که در جدول زیر گزارش شده است، از آنجا که درجه معناداری از ۰/۰۵ کوچکتر است، می‌توان گفت بین سه گروه در متغیر ابزار وجود تفاوت معناداری وجود دارد. میانگین

جدول ۵. خلاصه تحلیل کوواریانس تک متغیره برای اثرات مداخله بر متغیر ابزار وجود

Table 5. Summary of univariate covariance analysis for intervention effects on assertiveness variable

منبع	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	ضریب اتا
پیش‌آزمون	۴۸۵/۷۵۳	۱	۴۸۵/۷۵۳	۷۷۹/۷۸۸	۰/۰۰۰	۰/۹۷۴
گروه	۱۲۸/۸۳۸	۲	۶۴/۴۱۹	۶۴/۴۱۹	۰/۰۰۱	۰/۴۹۶
میزان خطا	۱۳۰/۶۶۰	۲۱	۶/۲۲۲	۶/۲۲۲		
مجموع	۵۰۶۶۹۲/۰۰۰	۲۵				

بحث

مطابق هدف پژوهش برپایه مدل شناختی-فراشناختی-رفتاری و مهارت حرفه‌ای ساخت اپلیکیشن بر ابراز وجود دختران نوجوان ترک تحصیل کرده مؤثر است. همان‌طور که در جدول ۳ مشاهده شد میانگین نمرات گروه گواه در پیش و پس‌آزمون در متغیر ابراز وجود تغییر کمی داشته است (۱/۷۷۸ نمره افزایش یافته است). میانگین نمرات گروهی که تحت آموزش هر دو پروتکل قرار داشته‌اند در پیش و پس‌آزمون در متغیر ابراز وجود بیشترین تغییر را داشته و افزایش یافته است (۶/۷۷۸ نمره افزایش یافته است). همچنین میانگین نمرات گروهی که تحت آموزش پروتکل ساخت اپلیکیشن قرار داشته‌اند در پیش و پس‌آزمون در متغیر ابراز وجود تغییر داشته است (۲/۴۲۸ نمره افزایش یافته است). با توجه به نتایج جدول ۵ که نشان دهنده خلاصه‌ای از تحلیل کوواریانس تک متغیره برای اثرات مداخله بر متغیر ابراز وجود است سطح معناداری به‌دست آمده از ۰/۰۵ کوچکتر است بنابراین وجود اختلاف معنادار بین داده‌ها مورد تأیید قرار می‌گیرد، لذا فرض این پژوهش تأیید می‌گردد. این نتیجه با نتایج حاصل از تحقیقات لویز و باسکو (۲۰۱۵)، آرنلود (۲۰۰۸)، بازرگان و امیری (۱۳۹۷) و حاجی حسنی، اعتمادی، آرین و پیرساقی (۱۳۹۱) همسوست.

در خصوص اهمیت مؤلفه ابراز وجود باید گفت انسان موجودی است اجتماعی و نیازمند برقراری ارتباط با دیگران به گونه‌ای که بسیاری از نیازهای متعالی و شکوفایی استعدادهايش تنها از طریق تعامل بین فردی و ارتباطات اجتماعی ارضا می‌شود و به فعل در می‌آید. به همین دلیل همواره سعی می‌کند تا مهارت‌هایی جهت تسهیل ارتباط خود با دیگران کسب نماید و بر تکامل شخصی خود بیفزاید. ابراز وجود از جمله مهارت‌هایی است که در روابط بین فردی نقش گسترده‌ای داشته و رفتارهایی از قبیل استقلال، اعتماد به نفس و خودآگاهی را در فرد تقویت می‌کند. مهارت ابراز وجود در زندگی روز مره مؤثر است و باعث بهبود زندگی و کارآمدی شخصی و حرفه‌ای فرد می‌شوند (خاکپور، جعفری و جعفری ۱۳۹۳).

دوره نوجوانی یکی از حساس‌ترین دوره‌های زندگی هر انسانی است و هویت سالم در این دوره شکل می‌گیرد، توجه به این دوران و بهبود مشکلات و مسائل آن یکی از مهمترین وظایف تصمیم‌گیران در این حوزه می‌باشد. با توجه به ویژگی‌های نمونه مورد مطالعه در پژوهش حاضر یعنی دختران نوجوان ترک تحصیل کرده (ویژگی‌هایی همچون سابقه شکست تحصیلی، کمبود اعتماد به نفس، داشتن خودپنداره منفی و ...)، ارتقاء ابراز وجود در این

گروه از اهمیت بالایی برخوردار است چرا که این مهارت موجب می‌شود این افراد تشویق شوند تا تجربه‌های مثبت و خوب خود را شناسایی و ابراز کنند. آنان همچنین می‌آموزند که در جهان، موضعی فعال اتخاذ کنند و زندگی خود را شخصاً شکل دهند، نه این که هر آنچه رخ می‌دهد را به گونه‌ای منفعل بپذیرند (سلیگمن ۱۹۹۱، به نقل از خاکپور و همکاران ۱۳۹۳). همچنین نوجوانانی که مهارت‌های اجتماعی همچون ابراز وجود را به‌طور واقعی تمرین می‌کنند و به شایستگی به‌کار می‌گیرند، قادرند در ورود به گروه همسالان و دوست‌یابی موفق‌تر عمل کنند، تعاملی مثبت و متقابل با همسالان خویش داشته باشند و همین‌طور دامنه‌ای از رفتارهای اجتماع‌پسندانه را از خود نشان دهند (غنی‌فر و خرابی ۱۳۹۸).

نتیجه‌گیری

در تبیین یافته‌های پژوهش می‌توان گفت طبق نظریه ولپه و لازاروس (۱۹۶۶) و لنگ و جاکوبوسکی (۱۹۷۶) افراد دارای نگرانی بیش از حد از پس‌آیندهای رفتار و برآورد خطر غیرواقعی از موقعیت، از ابراز وجود باز داشته می‌شوند. همچنین آلبرت الیس (۱۹۵۷) در نظریه خود معتقد است رفتار غیرجرات‌ورزانه بیشتر از آن‌که ناشی از خطر محرک باشد، وابسته به نحوه ادراک و تصور فرد از خطر موجود در موقعیت است. لذا در پروتکل شناختی-فراشناختی رفتاری طی دوازده جلسه نسبت به اصلاح این موارد در قالب بررسی سودمندی فرض‌ها و قواعد، فهرست کردن مزایا و معایب این فرض‌ها و تعدیل آن‌ها، آموزش خودکارآمدی و ابراز وجود، شناسایی خودگویی‌های منفی و تحریف‌های شناختی، اصلاح فراباورهای مثبت و منفی فرد، جایگزین کردن راهبردهای فراشناختی سودمند و... اقدام شد. همچنین آزمودنی‌ها طی ۱۰ جلسه تحت آموزش پروتکل مهارت حرفه‌ای ساخت اپلیکیشن قرار گرفتند. اکثر افراد ایده‌هایی برای بهبود زندگی دارند اما در اغلب موارد فاقد ابزارهای فناورانه برای تبدیل دقیق این ایده‌ها به یک پروژه ملموس که قابلیت اجرایی داشته باشد، هستند. به نظر می‌رسد یادگیری مهارت حرفه‌ای ساخت اپلیکیشن به شرکت‌کنندگان در پژوهش فرصت داد تا به توسعه شخصی پروژه‌هایی که با دیدگاه، تخصص و ایده‌های آنان منطبق بود بپردازند و از این طریق بر ابراز وجود آنان اثرگذار بود. همچنین مسئله‌ای که در خصوص دانش‌آموزان ترک تحصیلی نیاز به توجه ویژه دارد، مهارت آموزی در جهت خودکفایی و اشتغال در آینده است. این مسئله برای دانش‌آموزانی که تصمیم به ترک تحصیل

باتوجه به اینکه پژوهش حاضر تنها بر روی دختران اجرا شد پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی تأثیرات آموزش این دو پروتکل بر روی پسران نیز بررسی گردد.

پیشنهاد می‌شود که این پژوهش بر روی مقاطع سنی دیگر نیز اجرا شود.

پیشنهاد می‌شود که این پژوهش بر روی نمونه‌های دیگری نیز اجرا شود.

تمامی شرکت‌کنندگان برای شرکت در پژوهش رضایت شفاهی خود را اعلام نمودند و اطمینان لازم در مورد محرمانگی اطلاعات به آنها داده شده است. این مقاله تقاضامحور و تحت حمایت اداره کل کمیته امداد استان مرکزی بوده است. یافته‌های این مطالعه هیچ‌گونه تضاد با منافع شخصی یا سازمانی ندارد. محقق کمال قدردانی و تشکر را از مجموعه کمیته امداد استان مرکزی و دختران نوجوان شرکت‌کننده در پژوهش دارد.

دائم یا موقت گرفته اند دارای اهمیت است. آج و همکاران (۱۳۹۵) نیز در تحقیق خود نشان دادند افراد دارای مهارت ابراز وجود، از اعتماد به نفس، احساس، افکار و نگرش مثبت نسبت به خود برخوردارند. بر همین اساس آزمودنی‌ها از طریق کسب مهارت حرفه‌ای ساخت اپ که از جمله به‌روزترین مهارت‌های نرم‌افزاری در جهان محسوب می‌شود توانستند ضمن کسب اعتماد به نفس و نگرش مثبت نسبت به خود و توانمندی‌هایشان، بستری برای ابراز وجود و عینی‌سازی ایده‌ها و توانایی‌های خود بیابند. ترکیب آموزش این دو پروتکل توانست هم از لحاظ شناختی و هم از لحاظ رفتاری و مهارتی ابراز وجود شرکت‌کنندگان را بهبود بخشد. بنابراین نتایج پژوهش حاضر می‌تواند نهادهای دولتی را در برنامه‌ریزی‌های آتی برای دانش‌آموزان نوجوان ترک تحصیل کرده یاری دهد.

محدودیت‌های تحقیق عبارت بود از:

الف- جامعه مورد مطالعه در این پژوهش دختران نوجوان ترک تحصیل کرده کمیته امداد استان مرکزی بود و جهت تعمیم نتایج این تحقیق به جوامع دیگر باید محتاط بود.

ب- شرکت‌کنندگان در این پژوهش دختر بوده‌اند پس در تعمیم نتایج آن به پسران نباید خالی از احتیاط باشد.

ج- آزمودنی‌های این پژوهش نوجوان بوده‌اند و میانگین سنی آنان حدود ۱۵/۷۵ سال بوده است لذا تعمیم یافته‌های حاصل از آن به گروه‌های سنی دیگر باید جانب احتیاط را رعایت کرد.

د- در این تحقیق سعی بر این بود که تا حد ممکن محدودیت‌ها و عوامل کنترل شده پژوهش شناسایی و رابطه آن‌ها با متغیر وابسته بررسی گردد ولی با توجه به روش تحقیق که از نوع نیمه‌آزمایشی بود کنترل همه متغیرهای مورد مطالعه امکان‌پذیر نبود.

ه- فراهم کردن امکانات رفت و آمد برای شرکت‌کنندگان جهت حضور در دوره از جمله محدودیت‌های پژوهش حاضر بود.

و- مطابق قوانین مجموعه کمیته امداد امکان برگزاری دوره برای پسران نوجوان ترک تحصیل کرده وجود نداشت.

همچنین پیشنهاد می‌شود: تأثیر آموزش سایر پروتکل‌های نوظهور در حوزه CBT همچون پروتکل شناختی-رفتاری هیمبرگ-بکر، پروتکل شناختی-رفتاری کندال و پروتکل شناختی-رفتاری فوردایس در کنار تأثیر آموزش سایر مهارت‌های نرم‌افزاری همچون طراحی بازی، طراحی سایت و برنامه‌نویسی بر ابراز وجود نوجوانان مورد بررسی قرار گیرد.

References

- Ahmadi, G. (2016). Studying the phenomenon of dropping out of first secondary school students in Zirkoh city. Master's thesis, Birjand University. [in Persian].
<https://ganj.irandoc.ac.ir/#/articles/bc7a5fdc292965bddb07387a3ed530d6>
- Aj, A., Ishani, F., Edizadeh, M., et al. (2016). The relationship between assertiveness and academic performance of students. Conference on Research in Science, Engineering and Technology. [in Persian].
<https://www.sid.ir/paper/871156/fa>
- Ellis, A. (1957). Outcome of employing three techniques of psychotherapy. *Clinical Psychology*, 13(4), pp. 344-350. DOI:10.1002/1097-4679(195710)13:4<344::AID-JCLP2270130407>3.0.CO;2-9
- Arnlund, D.C. (2008). A transactional model of communication. In: Mortensen, C.D. (ed.) *Communication theory*. 2nd ed. New Brunswick, New Jersey: Transaction, pp. 47-57. DOI:10.4324/9781315080918
- Balochzahi, A. & Abdullahi, H. (2015). Factors affecting dropout of elementary school girls in Sistan and Baluchistan province and providing strategies to prevent it in the academic year 2015-2016. The First National Congress of Community Empowerment in the Field of Sociology, Educational Sciences and Social and Cultural Studies, Tehran - the Center of Community Cultural and Social Skills Empowerment. [in Persian].
<https://civilica.com/doc/509919/certificate/print/>
- Basaknejad, S., Moini, N. & Mehrabzadeh Artman, M. (2010). The relationship between post-event processing and cognitive avoidance with social anxiety in college students. *Journal of Behavioral Sciences*, 4(4), pp. 335-340. [in Persian].
<https://www.sid.ir/paper/129700/fa>
- Bayat, M. & Molashahi, M.R. (2022). Investigating the process of dropping out and staying out of education in education (2014-2022). Office of Culture and Education Studies, Islamic Council Research Center. [in Persian].
<https://rc.majlis.ir/fa/report/show/1755530>
- Bazargan, M. & Amiri, M. (2017). The effectiveness of single-process cognitive behavioral therapy on math anxiety and assertiveness of students. *Journal of Principles of Mental Health*, 20(6), pp. 359-367. [in Persian]. DOI:10.22038/jfmh.2018.11770
- Beidel, D.C., Turner, S.M. & Kirk, J. (2007). Psychopathology of childhood social phobia. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 38(6), pp. 624-650. DOI:10.1007/s10862-006-9021-1
- Gambrill, E.D. & Richey, C.A. (1975). An assertion inventory for use in assessment and research. *Behavior Therapy*, 1(6), pp. 550-556. DOI:10.1016/S0005-7894(75)80013-X
- Ghanifar, M.H. & Kharai, K. (2019). The effectiveness of teaching life skills (self-awareness and effective communication) on the self-expression and shyness of second year elementary school students. *Journal of Mashhad University of Medical Sciences Faculty of Medicine*, 62(Special Issue 1), pp. 110-94. [in Persian]. DOI:10.22038/mjms.2019.14065
- Goode, J. & Chapman, G. (2011). ECS: Exploring Computer Science. New York: Computer Science Equity Alliance. DOI:10.1145/1993069.1993076
- Haji Hasani, M., Etimadi, A. & Arin, K. et al. (2012). The effectiveness of the cognitive-behavioral therapy approach on the level of assertiveness. The First National Conference on Personality and Modern Life, Sanandaj. [in Persian].
https://cbs.ui.ac.ir/article_17292.html
- Hassanabadi, H. & Ahmadian Nesab, M. (2019). A step-by-step guide to intervention in academic problems. Academic Jihad, Shahid Beheshti Unit. [in Persian]. <https://www.hsu.ac.ir/md/wp-content/uploads/sites/13/2019/10/file.pdf>
- Karimi, V. (2022). Presenting a framework for the evaluation of (mobile) educational applications and a case study of the Shad application. Master's thesis, Payam Noor University, Bushehr province. [in Persian]. DOI: 10.22059/jed.2020.290947.653159
- Khakpour, S., Jafari, A. & Jafari, A. (2014). The effectiveness of teaching positive thinking skills on the self-expression of female students in the first year of high school. *Behavioral Sciences*, 6(22), pp. 59-70. [in Persian]. DOI: 10.22051/psy.2021.30461.2165
- Lopez, M.A. & Basco, M.A. (2015). Effectiveness of cognitive behavioral therapy in public mental health. *Administration and Policy in Mental Health*, 42(1), pp. 87-98. DOI: 10.1007/s10488-014-0546-4
- Mahmoudi Alami, K., Azimi, H. & Zarghami, M. (2014). The effect of assertiveness training on the level of anxiety and boldness of nursing students. *Scientific Journal of Gorgan University of Medical Sciences*, 6(14), pp. 66-72. [in Persian].
<https://centlib.goums.ac.ir/journal/article-1-205-fa.html>
- McEvoy, P.M., Mahoney, A., Moulds, M. et al. (2010). Are worry, rumination, and post-event processing one and the same?: Development of the repetitive thinking questionnaire. *Journal of Anxiety Disorders*, 24(5), pp. 509-519. DOI: 10.1016/j.janxdis.2010.03.008
- Mokhabrian, M. (2018). Theoretical and practical basics of electronic content production (educational software). Semnan: Habla Rood. [in Persian].
<https://mokhberian.com/product/electronic-content-production-book/>
- Nejad Soleimani, R. (2012). Comparison of the effectiveness of cognitive behavioral group therapy and reality therapy on daring high school girls in Shahrakhs. Master's thesis, Allameh Tabatabai University. [in Persian].
<https://elmnet.ir/doc/10565783-63251>

- Quiroga, C.V., Janosz, M. & Bisset, S. et al. (2013). Early adolescent depression symptoms and school dropout: Mediating processes involving self-reported academic competence and achievement. *Journal of Educational Psychology*, 105(2), pp. 552-560. DOI: [10.1037/a0031524](https://doi.org/10.1037/a0031524)
- Sayah, A. & Cheraghi, M. (2021). Investigating the factors affecting people who drop out of school in the second year secondary school students in the villages of Zanjan province. *Economic Geography Research Quarterly*, 2(6), pp. 76-94. [in Persian]. https://jurs.znu.ac.ir/jufile?ar_sfile=2577062&lang=en
- Shahbazi Rad, L. (2015). Developing a metacognitive behavioral model of social anxiety disorder and investigating the effectiveness of training based on this model on reducing symptoms, post-event processing and meta-anxiety beliefs in people with social anxiety disorder in Kermanshah city. Doctoral dissertation, Lorestan University. [in Persian]. https://elmnet.ir/doc/10987666-71111?elm_num=1
- Voncken, M.J. & Bögels, M. (2008). Social performance deficits in social anxiety disorder: Reality during conversation and biased perception during speech. *Journal of Anxiety Disorders*, 20(4), pp. 1384-1392. DOI: [10.1016/j.janxdis.2008.02.001](https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2008.02.001)
- Wolpe, J. & Lazarus, A. (1966). Behaviour therapy techniques: A guide to the treatment of neuroses. New York: Pergamon Press. <https://search.worldcat.org/title/Behavior-therapy-techniques-a-guide-to-the-treatment-of-neuroses/oclc/629746>
- Zoghi, B. (2018). The relationship between boldness and non-boldness (aggression, dominance, and passivity) with drug abuse in male addicts, drug addicts, and non-addicted men in Tehran in 2009. Master's thesis, Faculty of Social Sciences, Imam Khomeini International University (RA). [in Persian] https://elmnet.ir/doc/10553413-59019?elm_num=1