



Effectiveness of William's DISC Model on the Level of Educational Adjustment of Adolescents with Covid-19 Patient

Nasibeh Parvin¹ , Haidar Ali Zarei^{2*} , Somayyeh Taklavi³ 

1. Department of Psychology, Faculty of Human Sciences, Ardabil Branch, Islamic Azad University, Ardabil, Iran. Email: nasibehh.parvin@gmail.com
2. Corresponding Author, Department of Psychology, Faculty of Human Sciences, Khoy Branch, Islamic Azad University, Khoy, Iran. Email: alizarei@iaukhoy.ac.ir
3. Department of Psychology, Faculty of Human Sciences, Ardabil Branch, Islamic Azad University, Ardabil, Iran. Email: s.taklavi@iauardabil.ac.ir

ARTICLE INFO

Article type:
Research Article

Article History:
Received: 19 Mar 2022
Revised: 11 May 2022
Accepted: 25 Jun 2022
Published Online: 24 Jul 2024

Keywords:
Adolescents, COVID-19, Educational Adjustment, William Moulton Marston's DISC Model.

ABSTRACT

The aim of this study was to determine the efficacy of William Moulton Marston's DISC model intervention. Regarding the educational adaptation of adolescents who are Covid-19 patients. The statistical population consisted of adolescents aged 13 to 18 who resided in Naghadeh and had a family member with Covid-19 in 2021. The research was conducted using a quasi-experimental design, with control groups, pre-test, and post-test. The statistical sample size consisted of 40 individuals from the statistical population, 20 in the experimental group and 20 in the control group. These individuals were randomly assigned to the control and experimental groups using the available sampling procedure. The control group did not receive any treatment, while the experimental group underwent ten 90-minute sessions in accordance with William Moulton Marston's DISC model. Data was collected using the Adjustment Inventory for School Students (AISS) in this study. The MANCOVA analysis was employed to analyze the collected data. After the DISC intervention, the experimental group's mean level of educational adjustment decreased markedly in comparison to the control group ($P < 0.01$). According to the results of this study, the DISC model intervention improves the educational adjustment of adolescents who are Covid-19 patients.

Cite this article: Parvin, N., Zarei, H. A., & Taklavi, S. (2024). Effectiveness of William's DISC Model on the Level of Educational Adjustment of Adolescents with Covid-19 Patient. *Journal of Applied Psychological Research*, 15(2), 183-198. doi: 10.22059/japr.2024.340713.644214.



Publisher: University of Tehran Press
DOI: <https://doi.org/10.22059/japr.2024.340713.644214>

© The Author(s).



طراحی برنامه ارزیابی رفتاری مبتنی بر مدل دیسک ویلیام و بررسی اثربخشی آن بر سطح سازگاری آموزشی نوجوانان با بیمار کرونایی

نصیبه پروین^۱، حیدرعلی زارعی^{۲*}، سمیه تکلوی^۳

۱. دانشجوی دکتری، گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم انسانی، واحد اردبیل، دانشگاه آزاد اسلامی، اردبیل، ایران. رایانامه: nasibehh.parvin@gmail.com

۲. نویسنده مسئول، دانشیار، گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم انسانی، واحد خوی، دانشگاه آزاد اسلامی، خوی، ایران. رایانامه: alizarei@iaukhoy.ac.ir

۳. استادیار، گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم انسانی، واحد اردبیل، دانشگاه آزاد اسلامی، اردبیل، ایران. رایانامه: s.taklavi@iauardabil.ac.ir

چکیده

اطلاعات مقاله

نوع مقاله:

پژوهشی

تاریخ‌های مقاله:

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۱۲/۲۸

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۱/۰۲/۲۱

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۰۴/۰۴

تاریخ انتشار: ۱۴۰۳/۰۵/۰۳

کلیدواژه‌ها:

سازگاری آموزشی، کووید-۱۹، مدل دیسک ویلیام مولتون مارستون، نوجوانان.

پژوهش حاضر با هدف طراحی برنامه ارزیابی رفتاری مبتنی بر مدل دیسک ویلیام و بررسی اثربخشی آن بر سطح سازگاری آموزشی نوجوانان با بیمار کرونایی انجام پذیرفت. طرح پژوهش، نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل و جامعه آماری شامل نوجوانان ۱۳ تا ۱۸ ساله ساکن شهرستان نقده بود که در سال ۱۴۰۰ در خانواده خود فرد مبتلا به کووید-۱۹ داشتند. حجم نمونه آماری ۴۰ نفر (۲۰ نفر گروه آزمایشی و ۲۰ نفر گروه کنترل) بود که به شیوه نمونه‌گیری در دسترس‌ترین و به شیوه تصادفی در دو گروه کنترل و آزمایش جای‌دهی شدند. برای گروه آزمایش ده جلسه ۹۰ دقیقه‌ای مبتنی بر مدل دیسک ویلیام مولتون مارستون انجام شد، اما گروه کنترل هیچ درمانی دریافت نکرد. جمع‌آوری داده‌ها با پرسشنامه سازگاری آموزشی (AISS) صورت گرفت. برای تجزیه و تحلیل آماری داده‌ها، از آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیری استفاده شد. نتایج پژوهش نشان داد میانگین سطح سازگاری آموزشی در گروه آزمایش، پس از مداخله دیسک در مقایسه با گروه کنترل به‌طور معناداری کاهش پیدا کرده است ($P > 0.01$). با توجه به نتایج این مطالعه می‌توان نتیجه گرفت مداخله مبتنی بر دیسک به بهبود سطح سازگاری آموزشی در نوجوانان با بیمار کووید-۱۹ منجر می‌شود.

استناد: پروین، ن.، زارعی، ح.، ع. و تکلوی، س. (۱۴۰۳). طراحی برنامه ارزیابی رفتاری مبتنی بر مدل دیسک ویلیام و بررسی اثربخشی آن بر سطح سازگاری آموزشی نوجوانان با بیمار کرونایی. فصلنامه پژوهش‌های کاربردی روانشناختی، ۱۵(۲)، ۱۹۸-۱۸۳. doi: 10.22059/japr.2024.340713.644214

ناشر: انتشارات دانشگاه تهران

DOI: <https://doi.org/10.22059/japr.2024.340713.644214>

© نویسندگان.



۱. مقدمه

در دسامبر ۲۰۱۹ انتشار بیماری کووید-۱۹ در شهر ووهان چین گزارش شد و به سرعت در تمام دنیا گسترش یافت (ژو و همکاران، ۱، ۲۰۲۰). همه گیری کووید-۱۹ رنج زیادی برای افرادی که در مناطق آلوده به این ویروس زندگی می کردند ایجاد کرد و افراد به دلیل عفونت و مرگومیر زیاد که هنوز با واکسن قابل پیشگیری نبود، دچار مشکلات سازگاری زیادی (عاطفی و جسمی) شدند (ژیانگ و همکاران، ۲، ۲۰۲۰). به طور خاص، نوجوانان به دلیل نابالغی مغز و بدن، مستعد رویدادهای استرسزا هستند و ممکن است مشکلات سازگاری بیشتری داشته باشند (کی و همکاران، ۳، ۲۰۲۰). به گفته (لازاروس و فولکمن، ۴، ۱۹۸۴) به نقل از لی و همکاران، ۵، (۲۰۲۱)، عوامل استرسزا آن دسته از رویدادهایی هستند که ممکن است بهزیستی را به خطر بیندازند. تأثیر منفی عوامل استرسزا (از جمله عوامل استرسزای مربوط به کووید-۱۹) بر سازگاری نوجوانان به خوبی در ادبیات پژوهشی مشخص شده است (ارسلان و همکاران، ۶، ۲۰۲۲؛ وانگ و همکاران، ۷، ۲۰۲۳). سازگاری دانش آموز در مدرسه شامل مجموعه واکنش‌هایی است که با آن دانش آموز باید ساختار رفتار خود را برای پاسخی موزون به شرایط محیط جدید (مدرسه) و به فعالیت‌هایی که آن محیط از دانش آموزان می‌خواهد تغییر دهد (غدیری و همکاران، ۱۳۹۹)؛ بنابراین هر عامل یا عواملی که این پاسخگویی را در این محیط جدید دچار مشکل کنند، زمینه‌ای برای ناسازگاری او در این محیط فراهم خواهد ساخت. سینها و سینگ^۸ (۱۹۹۳) به نقل از حیدری، حسینیان و رسولی، (۱۳۹۵) سازگاری را به سه نوع اصلی تقسیم کرده‌اند: سازگاری اجتماعی^۹، سازگاری عاطفی^{۱۰} و سازگاری آموزشی^{۱۱}. سازگاری آموزشی یعنی اینکه دانش آموز تا چه اندازه با خواسته‌ها و ویژگی‌های آموزشی مختلف محیط جدید کنار می‌آید و شامل مؤلفه‌هایی مانند انگیزه برای یادگیری، اقدام برای برآورده کردن خواسته‌های تحصیلی، رضایت عمومی از محیط تحصیلی و حضور در آن، احساس غرور ناشی از موفقیت‌های تکلیفی، میانگین نمرات درسی، پذیرش اجتماعی همسالان و نحوه عملکرد با مسئولان مدرسه است (ویلیمز و همکاران، ۱۲، ۲۰۲۱). قرنطینه‌ها و محدودیت‌های رفت‌وآمد در طول همه‌گیری کرونا، مدارس سراسر جهان را ملزم کرد که درها را برای مدت طولانی ببندند و به آموزش از راه دور و آموزش در خانه برگردند (برانجی و موریس، ۱۳، ۲۰۲۱). این امر سبب شد تأثیر همه‌گیری ویروس کووید-۱۹ بر سازگاری آموزشی نوجوانان به یکی از نگرانی‌های اصلی جوامع تبدیل شود (ماهاپاترا و شارما، ۱۴، ۲۰۲۰). آگاهی از جنبه‌های روانی دانش آموزان می‌تواند مانند یک ابزار کمک آموزشی قدرتمند عمل کند؛ برای نمونه فهمیدن اینکه دانش آموز در شرایطی خاص چگونه رفتار می‌کند، می‌تواند به افزایش تأثیرگذاری ابزارهای آموزشی و همچنین روش‌های آموزشی معلم و سیستم آموزشی و پرورشی و درنهایت سازگاری دانش آموزان منجر شود (حیدری لاکه، نعیمی و شیوندی، ۱۴۰۰). در همین راستا یافته‌های مایا و همکاران^{۱۵} (۲۰۲۱) نشان داد سازگاری آموزشی نوجوانان نسبت به قبل از همه‌گیری کاهش یافته است. سالملا-آرو و همکاران^{۱۶} (۲۰۲۱) نیز نشان دادند ۱۵ درصد نوجوانان کاهش شدید پیشرفت تحصیلی، مشارکت کم در مدرسه و فرسودگی تحصیلی را گزارش کرده‌اند. علاوه بر این، در طول همه‌گیری کووید-۱۹، انگیزه تحصیلی نوجوانان در آموزش آنلاین در مقایسه با روزهای حضور فیزیکی در مدرسه کمتر بود (کلوئیجک و همکاران، ۱۷، ۲۰۲۱). از این رو، سازگاری تحصیلی برای دانش آموزان بسیار مهم است؛ چرا که دانش آموزان با

1. Zhu et al.
2. Xiang et al.
3. Qi et al.
4. Lazarus, R. S., & Folkman, S.
5. Li et al.
6. Arslan et al.
7. Wang et al.
8. Sinha, E. K. P., & Sing, R. P.
9. social adjustment
10. emotional adjustment
11. academic adjustment
12. Willems et al.
13. Branje & Morris
14. Mahapatra & Sharma
15. Maiya et al.
16. Salmela-Aro et al.
17. Klootwijk et al.

سازگاری تحصیلی، تجارب آموزشی مثبتی خواهند داشت و نداشتن سازگاری موجب می‌شود فرایند یادگیری آنان با مشکل روبه‌رو شود و مشکلاتی نظیر افسردگی، احساس تنهایی و کاهش کیفیت زندگی ایجاد می‌شود (عالی‌پور و همکاران، ۱۳۹۷) که این مسائل می‌تواند به افت و حتی ترک تحصیل ختم شود. سازگاری تحصیلی، امکان رویارویی با موقعیت‌های مختلف را در محیط آموزشی میسر می‌سازد (عزیزی‌نژاد، ۱۳۹۵)؛ بنابراین، برای نیل به موفقیت تحصیلی و پیشگیری از افت و ترک تحصیل، بررسی و تمرکز بر سازگاری تحصیلی حائز اهمیت است (حقانی زمینانی و حیدری‌لاکه، ۱۴۰۰).

یکی از مدل‌هایی که نقش اساسی در توانایی افراد برای یادگیری بیشتر درمورد خود و دیگران، ارائه‌ی نمای کلی از روش‌های فکر کردن، عمل و تعامل افراد، و افزایش آگاهی درمورد چگونگی سازگاری برای به‌حداکثررساندن عملکرد افراد در محیط‌های آموزشی و شغلی دارد، مدل دیسک^۱ است (الشهري و همکاران^۲، ۲۰۱۸). پایه‌های مدل رفتارشناسی دیسک در اوایل دهه ۱۹۰۰ گذاشته شد و در اثر فعالیت‌های ویلیام مولتون مارستون^۳، به یک مدل رفتارشناسی پیشرو تبدیل شد. از نظر او دیسک یک ابزار قدرتمند و بسیار ساده برای درک رفتار مردم است. رفتار عبارت است از کلیه عمل و عکس‌العمل‌های قابل مشاهده از یک فرد در موقعیت‌ها و شرایط متفاوت که در این مدل به چهار نوع مجزا تقسیم‌بندی می‌شود. براساس نظریه دیسک، رفتار انسان‌ها سیاه و سفید نیست، بلکه قابل انعطاف و حتی قابل پیش‌بینی و اصلاح است (ساگرمن، ۲۰۰۹). در این مدل انسان‌ها هیجان‌ات خود را از طریق چهار رفتار بروز می‌دهند. این چهار رفتار عبارت‌اند از: ۱. تسلط^۴ (این افراد تمایل دارند بر محیط و افراد تسلط و کنترل داشته باشند و بر دستیابی به نتایج تأکید دارند. معمولاً با اعتمادبه‌نفس هستند)؛ ۲. نفوذ^۵ (این افراد می‌خواهند با نفوذ و تأثیرگذاری بر دیگران یا متقاعد کردن آن‌ها بر محیط اطراف خود تأثیرگذار باشند. معمولاً افرادی اجتماعی هستند)؛ ۳. ثبات^۶ (این افراد تمایل دارند از طریق همکاری و مشارکت با دیگران کار خود را جلو ببرند. معمولاً افرادی قابل اتکا و خدمتگزار هستند)؛ و ۴. تطابق^۷ (این افراد می‌خواهند طبق استانداردها عمل کنند تا کیفیت و دقت کار تضمین شود. معمولاً بر تخصص و شایستگی تأکید می‌کنند) (الشهري و همکاران، ۲۰۱۸). در مدل دیسک، این چهار سبک رفتاری مهارت‌های نرم تلقی می‌شوند که برای موفقیت افراد در حیطه‌های مختلف حیاتی هستند؛ مهارت‌های نرم، ویژگی‌های شخصیتی‌ای هستند که وقتی به‌خوبی تقویت شوند، به تأثیرگذاری بر دیگران کمک می‌کنند (گوردون و همکاران^۸، ۲۰۱۹). در همین راستا نتایج مطالعه ولی و همکاران^۹ (۲۰۲۱) و الشهري و همکاران (۲۰۱۸) نشان داد درک بالای دانش‌آموزان از چهار سبک رفتاری در مدل دیسک، با شایستگی تحصیلی و عملکرد تحصیلی بالا مرتبط است.

با توجه به آنچه گفته شد، یکی از شرایط سازگاری تحصیلی، محیط است و محیط تحصیلی با توجه به مسائل مختلف از قبیل زلزله، سیل، طوفان، آلودگی هوا، اپیدمی و بیماری‌های همه‌گیر تغییراتی در آن رخ می‌دهد. با شیوع کرونا و تعطیلی مدارس، محیط تحصیلی تغییر کرد و شرایط تحصیلی متفاوتی ایجاد شد؛ بنابراین، انتظار می‌رود سازگاری تحصیلی دانش‌آموزان هم تحت تأثیر قرار گرفته باشد. از این‌رو مداخلاتی که برای سازگاری دانش‌آموزان انجام می‌گیرد، باید اهمیت و کیفیت ارتباطات هر فرد را در نظر بگیرد؛ چرا که مدل ارتباطی هر فرد بر راهبردهای مقابله‌ای دانش‌آموز برای سازگارشدن با شرایط و محیط جدید تأثیر می‌گذارد. با اینکه مدل دیسک در اصل برای بهبود روابط سازمانی و ارتباط بین مدیران و کارمندان طراحی شده است (گوردون و همکاران، ۲۰۱۹)، در حوزه روان‌شناسی و بهبود روابط خانوادگی و روابط بین معلمان و شاگردان و در کل، ارتباط مؤثر قابل استفاده است؛ چرا که انسان‌ها مدام در تعامل با یکدیگر هستند و ممکن است در ارتباطات خود دچار چالش شوند، اما دست کم می‌توانند با آگاهی از مدل رفتاری‌شان، به سازگاری بهتری با محیط و دیگران دست پیدا کنند (پاکدل و امیدواری،

1. Dominance, influence, steadiness, and Compliance (DISC)

2. Alshehri et al.

3. William Moulton Marston

4. dominance

5. influence

6. steadiness

7. compliance

8. Gordon et al.

9. Wali et al.

۱۳۹۶). در نتیجه آموزش رفتارشناسی با روش دیسک به ما کمک می‌کند که حرکت بعدی افراد را پیش‌بینی کنیم و متناسب با آن بهترین واکنش را نشان دهیم (علی‌آبادی و همکاران، ۱۳۹۸). همچنین براساس شواهد و نتایج مطالعات ارائه‌شده به نظر می‌رسد تاکنون به سطح سازگاری آموزشی نوجوانان طی مواجهه با پاندمی کووید-۱۹ کمتر توجه شده است. محققان پژوهش حاضر، ارتقای سازگاری نوجوانان با روش‌های آموزشی مناسب طی مواجهه با بیماری عفونی مبتلا به کووید-۱۹ را که گاهی بدون علامت‌اند با اهمیت تلقی می‌کنند و طراحی و انجام یک مطالعه مداخله‌ای در این حوزه را برای رسیدن به شواهد ضروری می‌دانند. علاوه بر این با توجه به اینکه تحقیقات اندکی در مورد این بیماری در ایران و جهان وجود دارد، در وضعیت پرمخاطره آن، شناسایی نوجوانان با سطح سازگاری آموزشی پایین مهم است تا با راهکارها و تکنیک‌های مناسب روان‌شناختی و آموزشی بتوان سلامت روان این افراد را حفظ کرد؛ بنابراین با نقش مسلمی که مدل دیسک در افزایش مهارت‌های تحصیلی ایفا می‌کند، شایسته توجه بیشتری در مداخلات مدرسه‌ای است. بر این اساس هدف پژوهش حاضر آن بود تا برنامه آموزشی ارزیابی رفتاری مبتنی بر مدل دیسک ویلیام را طراحی کند و به بررسی اثربخشی آن بر سازگاری آموزشی نوجوانان با بیمار کرونایی بپردازد.

۰۲ روش

۲-۱. جامعه، نمونه و روش اجرا

پژوهش از نوع نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش شامل نوجوانان ۱۳ تا ۱۸ ساله ساکن شهرستان نقده بود که در سال ۱۴۰۰ در خانواده خود فرد مبتلا به کرونا داشتند. ۴۰ نفر به روش نمونه‌گیری دردسترس به استناد مطالعات نیمه‌آزمایشی مشابه قبلی و حجم نمونه پیشنهادی برای مطالعات نیمه‌آزمایشی در کتب آماری، براساس ملاک‌های ورود انتخاب و به شیوه تصادفی در دو گروه جای‌دهی شدند (۲۰ نفر گروه آزمایش، ۲۰ نفر گروه کنترل). ملاک‌های ورود به پژوهش عبارت بودند از: نوجوانان ۱۳ تا ۱۸ ساله، تمایل به شرکت در مطالعه، تسلط به خواندن و نوشتن، عدم اتفاق ناگوار مانند فوت در بستگان درجه یک یا وقوع هر رویداد دلخراش دیگری غیر از مواجهه با پاندمی کرونا در سه ماه گذشته. ملاک‌های خروج شامل غیبت بیش از دو جلسه در مداخله آزمایشی و شرکت هم‌زمان در دو طرح تحقیقاتی بود. در این پژوهش از پرسشنامه سطح سازگاری آموزشی سینه‌ها و سینگ برای جمع‌آوری داده‌ها استفاده شد.

بعد از کسب مجوزهای لازم از معاونت پژوهشی دانشگاه برای اجرای طرح، با مراجعه به شبکه بهداشت شهرستان نقده و گرفتن لیست خانواده‌های افراد مبتلا به کووید-۱۹ با عوارض طولانی‌مدت، از مسئول مربوط اطلاعات کلی به‌دست آمد. سپس ۴۰ نفر با توجه به ملاک‌های ورود و خروج اشاره‌شده در بخش روش انتخاب شدند. براساس اصول اخلاقی، از شرکت‌کنندگان رضایت‌نامه کتبی گرفته شد و به شرکت‌کنندگان در مورد موضوع و اهداف پژوهش اطلاعات مختصری ارائه شد. به تمام افراد مورد مطالعه توضیح داده شد که در هر مرحله‌ای از طرح که مایل باشند، می‌توانند از مطالعه خارج شوند و اطلاعات آن‌ها محرمانه می‌ماند. همچنین اطمینان داده شد که عدم شرکت در مطالعه یا ادامه‌ندادن همکاری هیچ‌گونه تأثیری بر خدمات درمانی‌ای که به آن‌ها ارائه می‌شود ندارد و خللی در روند درمان آن‌ها ایجاد نمی‌کند. در هیچ‌یک از مراحل جمع‌آوری داده‌ها و تهیه گزارش نهایی، اطلاعات نمونه مورد مطالعه یا اسامی آن‌ها فاش نشد و در اختیار هیچ شخص حقیقی یا حقوقی قرار نگرفت. همچنین شرکت در پژوهش هیچ‌گونه بار مالی برای داوطلب نداشت. پرسشنامه‌ها ابتدا توسط هردو گروه تکمیل شد و سپس براساس شرایط موجود و به دلیل جلوگیری از اشاعه ویروس گروه آزمایش، توسط درمانگر مجرب و دارای تجربه، تحت مداخله گروهی مدل دیسک به مدت ده جلسه ۹۰ دقیقه‌ای قرار گرفتند و گروه کنترل هیچ درمانی دریافت نکردند. پس از پایان جلسات درمان، هردو گروه در مرحله پس‌آزمون به پرسشنامه سازگاری آموزشی پاسخ دادند.

۲-۲. ابزارهای پژوهش

۲-۲-۱. پرسشنامه سطح سازگاری آموزشی^۱ (AISS)

این پرسشنامه توسط سینه‌ها و سینگ (۱۹۹۳) طراحی شد. این پرسشنامه، دانش‌آموزان دبیرستانی ۱۳ تا ۱۸ ساله را از نظر میزان

1. Adjustment Inventory for school students (AISS)

سازگاری و نیز در سه حوزه سازگاری عاطفی، اجتماعی و آموزشی می‌سنجد و در کل ۶۰ سؤال و در هر حوزه سازگاری ۲۰ سؤال دارد که دانش‌آموزان با سازگاری خوب را از دانش‌آموزان با سازگاری ضعیف جدا می‌کند (سینها و سینگ ۱۹۹۳). برای نمره‌گذاری به پاسخ‌های منطبق بر سازگاری نمره صفر و به پاسخ‌های غیرمنطبق نمره یک تعلق می‌گیرد. مجموع نمره‌ها نشان‌دهنده سازگاری عمومی فرد و مجموع نمره‌های فرد در هر یک از سه حوزه سازگاری، مشخص‌کننده سازگاری فرد در آن حوزه است. نمره پایین، سازگاری آموزشی بالاتر و نمره بالا، سازگاری آموزشی پایین‌تر را نشان می‌دهد. این آزمون در هر سه سطح اجتماعی، عاطفی و آموزشی از روایی و پایایی مناسبی برخوردار است. ضریب پایایی این آزمون را سینها و سینگ (۱۹۹۳) با روش دونیمه‌کردن برای سازگاری کل، عاطفی، اجتماعی و آموزشی به ترتیب ۰/۹۵، ۰/۹۴، ۰/۹۳ و ۰/۹۶ با روش بازآزمایی ۰/۹۳، ۰/۹۶، ۰/۹۰ و ۰/۹۳ گزارش کرده‌اند. دانش و همکاران (۱۳۹۳) ضریب آلفای کرونباخ برای سازگاری کل ۰/۹۲ و برای خرده‌مقیاس‌های سازگاری آموزشی، عاطفی و اجتماعی به ترتیب ۰/۸۰، ۰/۷۰ و ۰/۷۸ محاسبه کرده‌اند. در پژوهش حاضر، ضریب آلفای کرونباخ برای خرده‌مقیاس‌های سازگاری آموزشی، عاطفی و اجتماعی به ترتیب ۰/۷۹، ۰/۷۰ و ۰/۷۵ به دست آمد.

۲-۳. برنامه مداخله آموزشی

برنامه ارزیابی رفتاری مبتنی بر مدل دیسک ویلیام مولتون مارستون^۱ (۲۰۱۳) بود. در طراحی برنامه مداخله، براساس مدل رفتارشناسی دیسک از پرکاربردترین فعالیت‌هایی که تاکنون برای آموزش ابراز وجود (عطایی و همکاران، ۱۳۹۹)، همدلی (لام و همکاران^۲، ۲۰۱۱)، تقویت مهارت‌های ارتباطی (احمدی و همکاران، ۱۳۹۲)، تحمل پریشانی (فتاحی و همکاران، ۱۴۰۰) و شایستگی اجتماعی و هیجانی (لارسون و سمدل^۳، ۲۰۰۷) استفاده شده، الگو گرفته شد. همچنین تدوین برنامه براساس متغیرهای وابسته مدنظر پژوهش بین نوجوانان، مرور ادبیات نظری و منابع موجود در زمینه ارزیابی رفتاری، تهیه چارچوب کلی از برنامه، کسب نظر متخصصان و صاحب‌نظران، تهیه و تنظیم چارچوب کلی براساس معیارهای تعیین‌شده و محاسبه روایی محتوایی به منظور مشخص شدن پایایی پروتکل درمان رعایت شد.

در مرحله تعیین روایی ابزار برای حیثه‌های مختلف، از دو روش روایی صوری و روایی محتوایی استفاده شد. در مرحله تعیین روایی صوری کیفی، نظرات متخصصان به صورت انجام تغییراتی اعم از تغییر سطح دشواری، کاهش عدم تناسب، رفع ابهام عبارات و نارسایی در معانی کلمات، رعایت دستور زبان، مناسب‌تر کردن کلمات و قراردادن سؤالات در جای مناسب خود... در بسته آموزشی اعمال شد. در تعیین روایی محتوایی با شرکت ۷ نفر از صاحب‌نظران حوزه، شاخص روایی محتوایی^۴ (CVI) و نسبت روایی محتوایی^۵ (CVR) محاسبه شد. نسبت روایی محتوا (CVR) نشان داد نمره تمامی آیتم‌های ابزار مساوی یا بزرگ‌تر از عدد جدول لاوشه (۰/۷۵) بود. این مطلب حاکی از آن است که آیتم‌های ضروری و مهم در این بسته به کار رفته بودند. براساس نتایج شاخص روایی محتوا (CVI) نیز تمامی آیتم‌ها نمره CVI بالاتر از ۰/۸۰ داشتند و مناسب تشخیص داده شدند. به همین سبب تغییر دیگری در تعداد آیتم‌های بسته آموزشی صورت نگرفت. شرح مختصر جلسات در جدول ۱ گزارش شده است.

جدول ۱. خلاصه جلسات آموزشی مدل دیسک ویلیام مولتون مارستون (۲۰۱۳)

جلسات	اهداف	محتوا	تکلیف
جلسه اول	جلسه معارفه: بیان قوانین و اهداف جلسات، آشنایی با مدل رفتاری دیسک و آشنایی با چهار سبک رفتاری تسلط چهار بعد رفتاری دیسک	ملاقات درمانگر با اعضا و انجام ارزیابی برای اطلاع از اهداف درمان، آشناسدن اعضا با یکدیگر و معرفی خود به گروه، بررسی قوانین و اهداف جلسات، تعریف رفتار در مدل رفتاری دیسک و ارزیابی مدل رفتاری و آشنایی با چهار سبک رفتاری تسلط (پاسخ به مسائل و چالش‌های موجود)، نفوذ (تأثیر مثبت بر دیگران)، ثبات (تحمل تغییرات و چالش‌های محیط زندگی) و وظیفه‌شناسی (اتکا بر تخصص و شایستگی خود)	شناسایی سبک‌های رفتاری

1. Marston, W. M.

2. Lam et al.

3. Larsen & Samdal

4. Content Validity Index (CVI)

5. Content Validity Ratio (CVR)

جلسات	اهداف	محتوا	تکلیف
جلسه دوم	تسلط (پاسخ به مسائل و چالش‌های موجود)، ابراز وجود	آشنایی با مهارت‌های اساسی ابراز وجود (سماجت، پافشاری و مذاکره)، آموزش عملی و کاربردی نه گفتن با استفاده از تکنیک‌های متفاوت، آموزش بیان صریح و مستقیم احساسات، آشنایی با رفتارهای جرئت‌ورزانه، آشنایی با حقوق اساسی خود و دیگران، حق تغییر عقیده‌دادن، حق ابراز وجود، حق توضیح‌ندادن دلیل عدم موافقت با یک درخواست، حق ابزار عقیده و نظر، حق داشتن اطلاعات و...	آشنایی با تکنیک‌های نه گفتن
جلسه سوم	تسلط (پاسخ به مسائل و چالش‌های موجود)، انگیزه شکوفایی	تعریف انگیزه شکوفایی، معرفی انگیزه درونی و بیرونی، ارائه راه‌هایی برای افزایش انگیزه، پذیرش و ارزش‌گذاری به خود، ارائه راه‌هایی برای یافتن نقاط قوت منحصر به فرد، ارائه تمرین افزایش انگیزه و استفاده از نقاط قوت منحصر به فرد خود، محترم شمردن حقوق خود و شناخت وظایف و مسئولیت‌های خود در قبال دیگران، تعامل جزئ‌مندانه	برگه شناسایی قوت‌ها و ضعف‌های خود
جلسه چهارم	نفوذ (تأثیرات مثبت بر دیگران)، همدلی	تعریف همدلی و احترام به احساسات، نظرات، و خواست خود و دیگران، ارائه تکنیک‌های ارتباط همدلانه (توجه به چهره، گوش‌دادن، دریافت انعکاس محتوا و احساس، اطمینان از دریافت و درک مطلب، عدم قضاوت، توجه به رنج فرد و نه رفتار او)، انجام‌دادن فعالیت‌های داوطلبانه و مشارکت در کارهای خیریه، حل تعارضات و اختلافات با دیگران به شیوه صلح‌آمیز تا حد امکان، توجه به آزار دیدن دیگران و حساسیت درباره آن‌ها، توجه به تأثیر رفتار خود بر دیگران و نقش الگویی رفتار، تلاش برای حفظ و ارتقای سلامت و رفاه دیگران	انجام تکنیک‌های ارتباط همدلانه
جلسه پنجم	نفوذ (تأثیرات مثبت بر دیگران)، شایستگی و مشارکت اجتماعی	تعریف شایستگی و پیشرفت فردی و تأثیرات آن بر زندگی، ارائه راهکارهایی برای افزایش شایستگی و پیشرفت (خودباوری، گره‌زدن فعالیت‌ها با اهداف متعالی، خودمختاری)، تعریف مشارکت اجتماعی و تأثیرات آن بر زندگی، ارائه راهکارهایی برای افزایش مشارکت اجتماعی (دادن و گرفتن تعارفات اجتماعی احوال‌پرسی و خوشامدگویی، ابراز احساسات به یک دوست صمیمی و آرزوی موفقیت برای او، تبریک اعیاد روز مادر، معلم، موفقیت در مسابقه ابراز احساسات در مجالس شادی و تسلیت به کسی که عزیزی را از دست داده، معرفی دو دوست به یکدیگر با هدف افزایش شبکه اجتماعی و رشد اجتماعی)	شرکت کردن در برخی فعالیت‌های داوطلبانه در طی هفته
جلسه ششم	نفوذ (تأثیرات مثبت بر دیگران)، تقویت مهارت‌های اجتماعی	آموزش مدیریت فرایند ارتباط، تغییر سبک زندگی، نشان‌دادن اهمیت زبان بدن در گوش‌دادن و آموزش گوش‌دادن فعال، احساس تأیید و شنیده‌شدن، رشد اظهارات مثبت و توانایی انتقال افکار و احساسات درست، آموختن روش‌های مؤثر برای برقراری ارتباط، تقویت شبکه اجتماعی، اهمیت سازگاری و مهارگری، و مهارت حل مسئله و راهبردهای کنترل خشم و اضطراب	شناسایی زبان خود و انجام تکنیک‌های مرتبط (حالات چهره، حرکات بدن و...)
جلسه هفتم	ثبات (تحمل تغییرات و چالش‌های محیط زندگی)، تحمل پریشانی	آموزش پیامدهای منفی راهبردهای کنار آمدن خودآسیب‌رسان، تمرین پذیرش بنیادین، تمرین توجه‌برگردانی از رفتارهای پریشان‌کننده، توجه‌برگردانی از طریق معطوف کردن توجه به کار یا موضوعی دیگر، توجه‌برگردانی از افکار، توجه‌برگردانی از طریق ترک موقعیت، آموزش بهداشت خواب، تنش و فشار بدنی، شناسایی رفتارهای خودتخریبی، نظارت بر خود بدون قضاوت، افزایش هیجان‌های مثبت.	تمرین توجه‌برگردانی از طریق فعالیت‌های لذت‌بخش و تهیه فهرست فعالیت‌های لذت‌بخش و گنجاندن آن در برنامه هفتگی، توجه‌برگردانی از طریق شمارش شناسایی رفتارهای خودتخریبی
جلسه هشتم	ثبات (تحمل تغییرات و چالش‌های محیط زندگی)، آموزش مهارت‌های مقابله‌ای	استفاده از افکار مقابله‌ای خودتشویق‌گرایانه و خودتصدیقی، فهرست افکار مقابله‌ای، آموزش مهارت مقابله‌ای (کارآمد و ناکارآمد) و کامل کردن برگه تمرین افکار مقابله‌ای، تشخیص هیجان‌ها، غلبه بر هیجان‌ها و رفتارهای فریب‌دادن خود.	برگه تمرین افکار مقابله‌ای تمرین تنفس آگاهانه
جلسه نهم	تطابق (اتکا بر تخصص و شایستگی خود)، شایستگی اجتماعی	بیان تعاریف و ضرورت آموزش شایستگی اجتماعی، ایفای نقش در جلسه در ارتباط با موقعیت‌هایی که در آن‌ها فرد بدون شایستگی عمل کرده و خود را ابراز نکرده است، بارش فکری درباره مواجهه با موقعیت‌های جدید و بررسی واکنش‌های فرد	شناسایی موقعیت‌هایی که در طی هفته، فرد بدون شایستگی عمل کرده و بررسی واکنش‌ها

جلسات	اهداف	محتوا	تکلیف
جلسه دهم	تطابق (اتکا بر تخصص و شایستگی خود)، شایستگی هیجانی	آشنایی با هیجان‌های مختلف و توانمند کردن آن‌ها در تشخیص نشانه‌های درونی هیجان‌ها و نشانه‌های هیجانی در رفتار دیگران از طریق فعالیت‌های کاغذ قلمی و یافتن واژگانی برای بیان هیجان‌ها، بروردادن هیجان‌ها و برقراری رابطه هیجانی با دیگران (صحبت کردن درباره هیجان‌ها به صورتی مؤثر تبدیل شدن به شنونده خوب)، درک رابطه بین رویداد هیجان رفتار، آگاهی از اینکه چه چیزی موجب هیجان می‌شود و رفتار افراد در برابر آن چگونه می‌تواند باشد	شناسایی هیجان‌ها آگاه شدن از ارتباط میان هیجان‌ها و رفتارها

۲-۴. روش تجزیه و تحلیل اطلاعات

در این پژوهش، از آمار توصیفی نظیر میانگین و انحراف معیار و از آمار استنباطی شامل تحلیل کوواریانس چندمتغیره^۱ از طریق نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۶ استفاده شد. مفروضه‌های آن شامل آزمون شاپیرو-ویلک^۲ برای بررسی نرمال بودن و آزمون لوین^۳ برای رعایت پیش‌فرض‌های آزمون کوواریانس به کار رفت.

۳. یافته‌ها

۳-۱. توصیف جمعیت‌شناختی

براساس داده‌های جمعیت‌شناختی، میانگین سنی گروه آزمایش $15/60 \pm 1/66$ و میانگین سنی گروه کنترل $15/70 \pm 1/69$ بود. در گروه آزمایش ۱۲ دختر (۶۰ درصد) و ۸ پسر (۴۰ درصد) و در گروه کنترل ۱۲ دختر (۶۰ درصد) و ۸ پسر (۴۰ درصد) بودند. همچنین در گروه آزمایش ۱۰ نفر (۵۰ درصد) در مقطع راهنمایی و ۱۰ نفر (۵۰ درصد) در مقطع دبیرستان، و در گروه کنترل ۹ نفر (۴۵ درصد) در مقطع راهنمایی و ۱۱ نفر (۵۵ درصد) در مقطع دبیرستان مشغول به تحصیل بودند.

۳-۲. شاخص‌های توصیفی

داده‌های مربوط به سازگاری آموزشی در پیش‌آزمون و پس‌آزمون با شاخص‌های توصیفی میانگین و انحراف استاندارد به تفکیک گروه‌ها در جدول ۲ گزارش شده است.

جدول ۲. شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش به تفکیک گروه‌های پژوهش

مؤلفه	گروه آزمایش		گروه کنترل	
	پیش‌آزمون	پس‌آزمون	پیش‌آزمون	پس‌آزمون
میانگین	۱۱/۸۰	۹/۵۰	۱۱/۰۵	۱۱/۱۰
انحراف معیار	۱/۸۲	۱/۳۹	۱/۴۶	۱/۳۳
میانگین	۱۵/۱۵	۸/۳۵	۱۵/۲۵	۱۴/۸۰
انحراف معیار	۱/۳۰	۱/۳۸	۱/۳۷	۱/۲۳
میانگین	۱۲/۹۵	۱۰/۶۵	۱۳/۴۵	۱۳/۰۰
انحراف معیار	۱/۲۷	۱/۸۹	۱/۶۴	۱/۶۵
میانگین	۳۹/۹۰	۲۸/۵۰	۳۹/۷۵	۳۹/۹۳
انحراف معیار	۲/۳۳	۲/۷۴	۱/۸۰	۲/۰۴

همان‌طور که در جدول ۲ مشاهده می‌شود، نمرات افراد گروه آزمایش در مؤلفه‌های سازگاری آموزشی نسبت به گروه کنترل در مرحله پس‌آزمون کاهش بیشتری داشته است.

۳-۳. بررسی مفروضه‌های تحلیل کوواریانس

به‌منظور تحلیل داده‌ها از آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیره استفاده شد؛ بنابراین ابتدا مفروضه‌های زیربنایی این آزمون مورد

1. multivariate analysis of covariance
2. Shapiro-Wilk Test
3. Levene's Test

بررسی قرار گرفت. از آزمون شاپیرو-ویلک برای بررسی نرمال بودن توزیع نمرات استفاده شد. نتایج نشان داد پیش فرض نرمال بودن توزیع داده‌ها برقرار است ($P > 0/01$). آزمون ام‌باکس برای بررسی همسانی ماتریس‌های واریانس کوواریانس استفاده شد که با توجه به $F = 1/142$ و $p < 0/335$ می‌توان نتیجه گرفت ماتریس واریانس-کوواریانس متغیرهای وابسته در گروه آزمایش و کنترل همسان است. همچنین از آزمون لوین برای رعایت پیش فرض‌های آزمون کوواریانس استفاده شد که نتایج آن نشان داد نمرات گروه‌های پژوهش در پس آزمون متغیرهای وابسته دارای واریانس همگن هستند ($P > 0/01$). علاوه بر این آزمون تعامل گروه و پیش آزمون در مرحله پس آزمون معنی دار نیست و این پیش فرض نیز تأیید شد ($P > 0/05$). به این ترتیب شرایط لازم برای اجرای آزمون تحلیل کوواریانس برقرار است.

۳-۴. آزمون فرضیه‌ها

نتایج آماره لامبدای ویلکز ($F = 98/165$; $P < 0/001$) در آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیری نشان داد گروه آزمایش و کنترل دست کم در یکی از مؤلفه‌های سازگاری آموزشی تفاوت معنی داری دارند ($P < 0/001$). به منظور پی بردن به این تفاوت، آزمون آماری تحلیل کوواریانس تک متغیری در متن مانکوا استفاده شد که نتایج آن در جدول ۳ ارائه شده است.

جدول ۳. نتایج تحلیل کوواریانس میانگین مؤلفه‌های سازگاری آموزشی با کنترل اثر پیش آزمون

مؤلفه	مجموع مجذورات	df	میانگین مجذورات	F	P	مجذور اتا
سازگاری اجتماعی	۲۷/۴۵۰	۱	۲۷/۴۵۰	۱۶/۰۸۹	۰/۰۰۱	۰/۳۱۵
سازگاری هیجانی	۳۶۱/۶۹۸	۱	۳۶۱/۶۹۸	۲۶۶/۷۳۴	۰/۰۰۱	۰/۸۸۴
سازگاری تحصیلی	۳۳/۶۶۵	۱	۳۳/۶۶۵	۱۲/۶۶۳	۰/۰۰۱	۰/۲۶۶

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد پس از حذف تأثیر پیش آزمون بر متغیرهای وابسته، بین میانگین‌های تعدیل شده نمرات شرکت‌کنندگان بر حسب عضویت گروهی (گروه آزمایش و گروه کنترل) تفاوت معنی داری وجود دارد ($P < 0/005$)؛ بنابراین مداخله مدل دیسک بر کاهش نمرات مؤلفه‌های سازگاری اجتماعی، سازگاری هیجانی و سازگاری تحصیلی تأثیر معنی داری داشته ($P < 0/005$) که میزان این تأثیر ۰/۲۷ تا ۰/۸۸ است. بدین ترتیب مداخله مدل دیسک بر بهبود سازگاری آموزشی نوجوانان با بیمار کووید-۱۹ تأثیر معنادار دارد.

۴. بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف طراحی برنامه ارزیابی رفتاری مبتنی بر مدل دیسک و بررسی اثربخشی آن بر سطح سازگاری آموزشی نوجوانان با بیمار کرونایی انجام گرفت. نتایج پژوهش نشان داد برنامه ارزیابی رفتاری مبتنی بر مدل دیسک، بر سطح سازگاری آموزشی نوجوانان با بیمار کرونایی اثربخش بوده است. این یافته با بخشی از نتایج شهری و همکاران (۲۰۱۸)، ولی و همکاران (۲۰۲۱)، گوردون و همکاران (۲۰۱۹)، علی‌آبادی و همکاران (۱۳۹۸)، عطایی و همکاران (۱۳۹۹)، احمدی و همکاران (۱۳۹۲)، فتاحی و همکاران (۱۴۰۰) و صنوبر (۱۳۹۷) همسو است. در تبیین این یافته می‌توان گفت برای ارتقای سبک رفتاری تسلط (پاسخ به مسائل و چالش‌های موجود) از مهارت‌های اجتماعی مانند جرئت‌ورزی، مسئولیت‌پذیری، افزایش انگیزه، سخت‌کوشی و... استفاده کردیم. آموزش این مهارت‌ها می‌تواند با افزایش اعتمادبه‌نفس، تقویت مهارت‌های تصمیم‌گیری و توانایی رد درخواست‌های غیرمنطقی به دانش‌آموز کمک کند که دریافتی درست‌تر و شناختی بهتر از دنیای خود و دیگران داشته باشد. چنین فردی با بینش صحیح، خود را در تصمیمات فردی و اجتماعی توانا و لایق می‌بیند. دانش‌آموزی که خود را توانا و لایق می‌بیند قادر است حق خود را با در نظر گرفتن حقوق دیگران مطالبه کند. این امر موجب می‌شود فرد کنترل درونی تصمیمات و رفتارهای خود را به دست بگیرد (عطایی و همکاران، ۱۳۹۹)؛ وضعیتی که به گفته وولفلک^۱ (۲۰۰۴) چگونگی تبیین‌ها، توجیه‌ها و بهانه‌های فرد درباره خودش و دیگران بر انگیزش او تأثیر زیادی نمی‌گذارند. آنچه مهم می‌شود تصمیمات درونی خود فرد است. علت‌های نسبت داده شده به خود (درونی) احساس ارزش فردی را افزایش می‌دهند و فرد به صورت مصمم و با اراده قوی رفتار می‌کند.

در نتیجه ارتقای بعد تسلط با کمک مهارت‌های اجتماعی، توجه و هشیاری فرد نسبت به موقعیت‌ها افزایش می‌یابد و بر توانایی کنترل رفتار وی و به تبع آن سازگاری آموزشی افزوده می‌شود.

همچنین برای ارتقای سبک رفتاری نفوذ (تأثیر مثبت بر دیگران) از مهارت‌های ارتباطی مانند همدلی، ابراز وجود، حل مسئله، راهبردهای کنترل خشم و اضطراب و... بهره گرفتیم. می‌توان گفت آموزش این مهارت‌های ارتباطی در قالب بعد نفوذ به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا ارتباطاتی مثبت با معلمان و همکلاسی‌هایش برقرار کنند و محیط مساعدی برای یادگیری خود خلق کنند (گوریسمسک و همکاران^۱، ۲۰۰۸). دانش‌آموزانی که مهارت‌های ارتباطی زیادی دارند، به دنبال معلم هستند، با او در انجام تکالیف ارتباط برقرار می‌کنند، به سؤالات او پاسخ می‌دهند، به معلم لبخند می‌زنند و به درس فعالانه گوش می‌دهند و توفیق تحصیلی بیشتری را کسب می‌کنند و علاوه بر کسب احساس رضایت و ارزشمندی درونی، تشویق و پیام‌های مثبتی نیز از اطرافیان دریافت می‌کنند که در نهایت به سازگاری آموزشی آن‌ها منجر می‌شود (احمدی و همکاران، ۱۳۹۲). همچنین می‌توان به این دیدگاه در مدل مفهومی یادگیری زینس و همکاران^۲ (۲۰۰۷) اشاره کرد که معتقد است محیط‌های یادگیری گرم و صمیمانه که در آن ارتباط عاطفی گرم و همدلانه‌ای بین دانش‌آموزان با همدیگر و با معلمان وجود دارد، به تقویت و پرورش توانش‌های عاطفی اجتماعی مانند همدلی و برقراری روابط اجتماعی مطلوب با دیگران شناسایی عواطف خود و دیگران و افزایش و تسهیل انگیزه‌ها، افزایش و پرورش هدف‌گزینی، دخالت مثبت و سازنده و رضایت از آمدن به مدرسه در دانش‌آموزان منجر می‌شود. این دو متغیر یعنی توانش‌های عاطفی اجتماعی و تسهیل انگیزه‌ها و هدف‌گزینی، سبب دل‌بستگی به مدرسه و سازگاری تحصیلی می‌شوند. در واقع ارتقای سبک رفتاری نفوذ از طریق مهارت‌های ارتباطی به نوجوانان کمک می‌کند که رفتارهای نادرست خود مانند سرزنش دیگران، کینه‌توزی، انتقام، خشم و... که سازگاری کلی و درعین‌حال سازگاری آموزشی را به مخاطره می‌اندازد، کاهش دهند.

از سوی دیگر، برای ارتقای سبک رفتاری ثبات (تحمل تغییرات و چالش‌های محیط زندگی) از تکنیک‌های مرتبط با تحمل پریشانی و تاب‌آوری استفاده کردیم. می‌توان گفت از یک طرف، داشتن مهارت‌های ارتباطی مؤثر (مانند تحمل پریشانی و تاب‌آوری) در دانش‌آموزان موجب ایجاد و ادامه روابط صحیح و رضایت‌بخش با همسالان، همکلاسی‌ها و معلمان می‌شود و این نوع روابط، به تدریج دل‌بستگی‌های خاصی را در دانش‌آموزان نسبت به معلم، همکلاسی‌ها، کارکنان مدرسه و محیط آن و حتی فعالیت‌های انجام‌شده و روزانه در آن به وجود می‌آورد و آن‌ها به آن افراد خاص و در کل مدرسه‌ای که در آن تحصیل می‌کنند، احساس تعلق و سازگاری خواهند کرد. از طرف دیگر، دانش‌آموزان با مثبت‌نگری و امیدواری به تحصیل و نتایج فعالیت‌های خود، جهت‌گیری نسبت به آینده‌ای روشن و تلاش برای موفقیت و رسیدن به اهداف در آینده، در امور تحصیلی بیشتر مشارکت می‌کنند و در نتیجه سازگاری تحصیلی بیشتری می‌یابند (فتاحی و همکاران، ۱۴۰۰). علاوه‌براین چنین دانش‌آموزانی به طرز خلاقانه و انعطاف‌پذیری به مسائل و مشکلات از جمله مشکلات تحصیلی می‌نگرند، برای حل آن‌ها طرح و برنامه می‌ریزند، در صورت نیاز از دیگران درخواست کمک نمی‌کنند و از منابع مناسب و کافی برای مقابله با مشکلات بهره می‌گیرند که این عوامل سبب می‌شود میزان سازگاری (از جمله سازگاری تحصیلی) افزایش یابد (صنوبر، ۱۳۹۷). در مجموع ارتقای سبک رفتاری ثبات، از طریق مهارت‌های تحمل پریشانی و تاب‌آوری، به نوجوانان کمک می‌کند که قابلیت مدیریت بحران در زندگی خود را داشته باشند، بتوانند به مسائل و مشکلات به‌عنوان یک واقعیت بنگرند، آن را بپذیرند و در نتیجه برای حل آن تلاش کنند. بدون آنکه از خود عکس‌العمل منفی نشان دهند و موجب آشفتگی زندگی خود و دیگران شوند، با مسئله پیش‌رو کنار بیایند و این در واقع به‌نوعی به افزایش سازگاری در آن‌ها منجر می‌شود.

در نهایت برای ارتقای سبک رفتاری تطابق (انکاب بر تخصص و شایستگی خود) از مهارت‌های شایستگی اجتماعی بهره بردیم. می‌توان گفت افرادی که شایستگی اجتماعی زیادی دارند، با آگاهی از حالت هیجانی و فیزیکی خود زمانی که شرایط بدی را تجربه می‌کنند یا وظیفه مهمی را فراموش کرده‌اند، به‌جای آنکه رنج روانی‌شان را فراموش کنند و با نامهربانی درباره خود قضاوت

1. Gursimsek et al.

2. Zins et al.

کنند، دیدگاه ذهنی‌شان را به سمت این طرز فکر تغییر می‌دهند که چگونه می‌توان در شرایط سخت فعلی، دست از انتقاد کردن از خود برداشت و با انجام رفتارهای سازش‌یافته، با مهربانی و گرمی از خود مراقبت کرد (حیدری و ابویی مهریزی، ۱۳۹۸). در واقع پژوهش‌ها نشان داده است نوجوانانی که برای خود ارزش و اعتبار بیشتری قائل هستند، در رویارویی با دیگران موفق‌ترند و اگر خود را فردی ضعیف بدانند، خیلی زود دست از تلاش برمی‌دارند. به نظر می‌رسد خوب‌بودن در مدرسه، خودپنداره مثبت دانش‌آموزان را پرورش می‌دهد و داشتن خودپنداره مثبت نیز به کارکرد بهتر در فعالیت‌های آموزشی می‌انجامد (فتاحی و همکاران، ۱۴۰۰)؛ بنابراین بهبود سبک رفتاری تطابق از طریق مهارت‌های شایستگی اجتماعی سبب می‌شود افراد هیجان‌های مثبت بیشتر و هیجان‌های منفی کمتری را تجربه کنند و این به افزایش خودکارآمدی کمک می‌کند. همچنین دانش‌آموزانی که از شایستگی اجتماعی زیادی برخوردارند، معمولاً در تنظیم هیجان و تعادل هیجانی کارآمدترند و معمولاً در برخورد با مسائل و شرایط استرس‌زای زندگی از هیجان‌های مثبت و راهبردهای سازگارانه‌تری استفاده می‌کنند. علاوه‌براین مانع بروز هیجان‌های منفی از جمله اضطراب و استرس خواهند شد که درنهایت این عوامل می‌توانند به سازگاری آموزشی بیشتری منجر شوند. با توجه به شیوه نمونه‌گیری دردسترس در این پژوهش، تعمیم یافته‌های آن باید با احتیاط صورت گیرد. انتخاب نمونه تصادفی می‌تواند متغیرهای مداخله‌گر تأثیرگذار در پژوهش را به میزان بیشتری کنترل کند. به پژوهشگران علاقه‌مند به پژوهش در زمینه‌های مشابه پژوهش حاضر، تکرار پژوهش انجام‌شده در دیگر گروه‌های سنی و نمونه‌های متفاوتی توصیه می‌شود. از آنجا که نتایج پژوهش حاضر بر اثر مستقیم برنامه ارزیابی رفتاری مبتنی بر مدل دیسک بر سازگاری آموزشی تأکید دارد، از جنبه کاربردی پیشنهاد می‌شود کارگاه‌هایی برای آشنایی بیشتر دانش‌آموزان با مدل دیسک برگزار شود. همچنین پیشنهاد می‌شود این برنامه به‌عنوان یک مدل کارآمد، کم‌هزینه و قابل اجرا و به‌عنوان راهی میان‌بر از سوی سازمان‌ها و مراکز ذی‌ربط برای توانمندسازی نوجوانان مورد توجه قرار گیرد.

۵. ملاحظات اخلاقی

ارائه رضایت‌نامه آگاهانه و آزادانه شرکت در پژوهش، محرمانه‌ماندن اطلاعات شخصی، توضیحات کامل درباره هدف پژوهش به شرکت‌کنندگان، انصراف آزادانه از پژوهش، در این مطالعه رعایت شد. این مطالعه مورد تأیید کمیته اخلاق دانشگاه آزاد اسلامی واحد اردبیل به کد IR.IAU.ARDABIL.REC.1400.057 است.

۶. سپاسگزاری و حمایت مالی

نویسندگان مقاله حاضر بر خود لازم می‌دانند تا از تمامی دانش‌آموزان شرکت‌کننده در پژوهش که زمینه انجام پژوهش را فراهم آوردند قدردانی کنند. این مقاله مستخرج از رساله دکتری تخصصی نویسنده اول است و هیچ کمک مالی‌ای از سازمان‌های دولتی، عمومی، تجاری یا غیرانتفاعی دریافت نکرده است.

۷. تعارض منافع

در این مقاله، هیچ‌گونه تعارض و تضاد منافی وجود ندارد.

منابع

- احمدی، م. س.، حاتمی، ح.، احدی، ح.، و اسدزاده، ح. (۱۳۹۲). تأثیر آموزش مهارت‌های ارتباطی بر باورهای خودکارآمدی و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دختر. *دوماهنامه علمی-پژوهشی رهیافتی نو در مدیریت آموزشی*. ۴(۱۶)، ۱۱۸-۱۰۵.
<https://dorl.net/dor/20.1001.1.20086369.1392.4.16.6.6>
- پاکدل، ا.، و امیدواری، م. (۱۳۹۶). بررسی تأثیر شخصیت انسانی بر قابلیت اطمینان انسانی و بروز در DISC و مدل شخصیت رفتاری Heart حوادث با استفاده از تکنیک صنایع خودروسازی. *مجله ارگونومی*. ۵(۱)، ۳۵-۲۶. <http://journal.iehfs.ir/article-1-310-fa.html>

- حقانی زمیدانی، م.، و حیدری لاکه، ز. (۱۴۰۰). نقش معلمان در سازگاری تحصیلی دانش‌آموزان در دوره شیوع ویروس کرونا: مطالعه کیفی. *رویش روان‌شناسی*. ۱۰(۱۰)، ۱۱۸-۱۰۹. <http://dorl.net/dor/20.1001.1.2383353.1400.10.10.19.7>
- حیدری، پ.، و ابوی مهریزی، ح. (۱۳۹۸). نقش واسطه‌ای خوددلسوزی در رابطه با تنظیم هیجانی و سازگاری روانی-اجتماعی با خودکارآمدی تحصیلی در دانش‌آموزان دارای اختلالات یادگیری. *فصلنامه پژوهش‌های نوین روان‌شناختی*. ۱۴(۵۶)، ۱۹۰-۱۶۸. <https://dorl.net/dor/20.1001.1.27173852.1398.14.56.9.8>
- حیدری، م.، حسینیان، س.، و رسولی، ر. (۱۳۹۵). رابطه انواع سبک‌های تفکر و سازگاری آموزشی با پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان مقطع متوسطه. *اندیشه‌های نوین تربیتی*. ۱۲(۳)، ۱۸۲-۱۵۷. <https://doi.org/10.22051/jontoe.2016.2551>
- حیدری لاکه، ز.، نعیمی، ا.، و شیوندی، ک. (۱۴۰۰). ادراک دانش‌آموزان از نقش خانواده در سازگاری تحصیلی آنان با شرایط قرنطینه در زمان شیوع کرونا. *رویش روان‌شناسی*. ۱۰(۳)، ۲۰-۱۱. <http://dorl.net/dor/20.1001.1.2383353.1400.10.3.13.7>
- دانش، ع.، سلیمی‌نیا، ن.، فلاحتی، ح.، سابقی، ل.، و شمشیری، م. (۱۳۹۳). اثربخشی آموزش گروهی مهارت حل مسئله بر سازگاری دختران نوجوان ناسازگار. *روان‌شناسی کاربردی*. ۱۰(۲)، ۲۳-۴۰. <https://dorl.net/dor/20.1001.1.20084331.1393.8.3.1.1>
- صنوبر، ع. (۱۳۹۷). رابطه شادکامی، تاب‌آوری و خودکارآمدی تحصیلی با سازگاری تحصیلی دانش‌آموزان پسر پایه دهم. *جامعه‌شناسی آموزش و پرورش*. ۱(۱)، ۱۵-۱. <https://ensani.ir/file/download/article/1550555914-10024-8-1.pdf>
- عالی‌پور، ع.، عنایتی، ت.، و طالع‌پور، م. (۱۳۹۷). تحلیل میزان سازگاری دانشجویان با محیط دانشگاه علوم دریایی. *آموزش علوم دریایی*. ۱۵(۳)، ۷۶-۶۴. <https://dorl.net/dor/20.1001.1.25383655.1397.5.3.6.3>
- عزیزی‌نژاد، ب. (۱۳۹۵). نقش حمایت اجتماعی مدارس بر سازگاری تحصیلی: اثر میانجی رضایت از مدرسه، امیدواری و خودکارآمدی دانش‌آموزان. *پژوهش در یادگیری آموزشگاهی و مجاری*. ۴(۱۳)، ۶۸-۵۷. <https://dorl.net/dor/20.1001.1.23456523.1395.4.13.5.1>
- عطایی، ف.، احمدی، ع.، کیامنش، ع.، و سیف، ع. ا. (۱۳۹۹). اثربخشی آموزش مهارت جرئت‌ورزی بر افزایش انگیزش تحصیلی و کاهش اعتیاد به اینترنت دانش‌آموزان. *فصلنامه خانواده و پژوهش*. ۱۷(۱)، ۲۱-۴۰. <http://dorl.net/dor/20.1001.1.26766728.1399.17.1.2.4>
- علی‌آبادی، و.، عطائی، پ.، و غلامرضایی، س. (۱۳۹۸). رابطه بین تیپ شخصیتی زنان روستایی و موفقیت آن‌ها در کسب‌وکارهای خانگی: کاربرد مدل دیسک. *فصلنامه علمی-پژوهشی برنامه‌ریزی منطقه‌ای*. ۱۱(۴)، ۲۱-۱۲. <https://doi.org/10.30495/jzpm.2022.4123>
- غدیری، ف.، عبدالمحمدی، ک.، و ابراهیم‌زاده، خ. (۱۳۹۹). نقش پنج عامل بزرگ شخصیت و سازگاری اجتماعی در پیش‌بینی تعلل‌ورزی آموزشی دانش‌آموزان. *مطالعات آموزشی و آموزشگاهی*. ۹(۲)، ۱۳۵-۱۱۷. <https://dorl.net/dor/20.1001.1.2423494.1399.9.2.5.5>
- فتاحی، ا.، جدیدی، ه.، احمدیان، ح.، و مرادی، ا. (۱۴۰۰). اثربخشی بسته آموزشی تاب‌آوری تحصیلی، دلبستگی به مدرسه، خودپنداره تحصیلی و درگیری تحصیلی بر سازگاری تحصیلی. *مجله مطالعات روان‌شناسی تربیتی*. ۱۸(۴۳)، ۸۴-۶۳. <https://doi.org/10.22111/jeps.2021.6485>

References

- Ahmadi, M., Hatami, H., Ahadi, H., & Asadzadeh, H. (2014). A study of the effect of communication skills training on the female students' self-efficacy and achievement. *Journal of New Approaches in Educational Administration*, 4(16), 105-118. <https://dorl.net/dor/20.1001.1.20086369.1392.4.16.6.6> (In Persian)
- Aliabadi, V., Ataei, P., & Gholamrezai, S. (2022). The personality type of successful rural women in home-based economic activities based on the model of DISK. *Regional Planning*, 11(44), 152-164. <https://doi.org/10.30495/jzpm.2022.4123> (In Persian)

- Alipour, A., Enayati, T., & Taleipour, M. (2018). Analysis of student Adjustment with the University of Marine Sciences. *Journal of Research on Management of Teaching in Marine Sciences*, 5(3), 64-76. <https://dorl.net/dor/20.1001.1.25383655.1397.5.3.6.3> (In Persian)
- Alshehri, K. A., Alshamrani, H. M., Alharbi, A. A., Alshehri, H. Z., Enani, M. Z., T Alghamdi, M., ... & Hassanien, M. A. (2018). The relationship between personality type and the academic achievement of medical students in a Saudi medical school. *International Journal of Community Medicine and Public Health*, 5(8), 3205-3211. <https://doi.org/10.18203/2394-6040.ijcmph20183052>
- Arslan, G., Yıldırım, M., & Zangeneh, M. (2022). Coronavirus anxiety and psychological adjustment in college students: exploring the role of college belongingness and social media addiction. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 20(3), 1546-1559. <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00460-4>
- Ataei, F., Ahmadi, A., Kiamanesh, A. R., & Saif, A. A. (2020). The impact of assertiveness training on the level of academic motivation and internet addiction of high school students. *Quarterly Journal of Family and Research*, 17(1), 21-40. <http://qjfr.ir/article-1-1415-en.html> (In Persian)
- Azizinezhad, B. (1970). The role of the social support of schools on academic compatibility of the students: by effect of mediating satisfaction of the school, hopefulness and self-efficacy of students. *Research in School and Virtual Learning*, 4(13), 57-68. <https://dorl.net/dor/20.1001.1.23456523.1395.4.13.5.1> (In Persian)
- Branje, S., & Morris, A. S. (2021). The impact of the COVID-19 pandemic on adolescent emotional, social, and academic adjustment. *Journal of Research on Adolescence*, 31(3), 486-499. <https://doi.org/10.1111/jora.12668>
- Danesh, E., Saliminia, N., Falahati, H., Sabeghi, L., & Shamschiri, M. (2014). Effectiveness of group problem solving skill training on adaptive behavior of maladaptive teenage girls. *Journal of Applied Psychology*, 8(2), 23-40. https://apsy.sbu.ac.ir/article_96129.html?lang=en (In Persian)
- Fattahi, O., Jadidi, H., Ahmadiyan, H., & Moradi, O. (2021). The effectiveness of the training package of educational resilience, school attachment, academic self-concept and academic engagement on academic adjustment. *Journal of Educational Psychology Studies*, 18(43), 63-84. <https://doi.org/10.22111/jeps.2021.6485> (In Persian)
- Ghadiri, F., Abdolmohammadi, K., & Ebrahimzadeh, K. (2020). The role of Big Five-Factor of personality and social adjustment in predicting students' educational procrastination. *Educational and Scholastic Studies*, 9(2), 117-135. <https://dorl.net/dor/20.1001.1.2423494.1399.9.2.5.5> (In Persian)
- Gordon, K. A., Auten, J. N., Gordon, D., & Rook, A. (2019). Linking behavioral styles of leaders to organizational success: using the DISC model to grow behavioral awareness. *International Journal of Adult Vocational Education and Technology*, 10(1), 40-59. <http://doi.org/10.4018/IJAVET.2019010104>
- Gursimsek, I., Vural, D. E., & Demirsoz, E. S. (2008). The relation between emotional intelligence and communication skills of teacher candidates. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1-11.
- Haghani, M., & Heydari Lakeh, Z. (2022). The role of teachers in students' academic adjustment during the coronavirus outbreak: A qualitative study. *Rooyesh*, 10(10), 109-118. <http://frooyesh.ir/article-1-2992-en.html> (In Persian)
- Heydari, P., & Aboee Mehrizi, H. (2020). Mediating role of self-compassion in relationship between emotional regulation psychosocial adjustment and academic self-efficacy in students with learning disabilities. *Journal of Modern Psychological Researches*, 14(56), 168-190. https://psychologyj.tabrizu.ac.ir/article_10358.html?lang=en (In Persian)

- Heydari, M., Hosseinian, S., & Rasooli, R. (2016). The relationship of thinking styles and academic adjustment with academic achievement in high school students. *The Journal of New Thoughts on Education*, 12(3), 157-182. <https://doi.org/10.22051/jontoe.2016.2551> (In Persian)
- Heydari-Lakeh, Z., Naeimi, E., & Sheivandi, K. (2021). School students' perception of family role in their academic adjustment with social distancing in the conditions of COVID-19 pandemic. *Rooyesh*, 10(3), 11-20. <http://frooyesh.ir/article-1-2541-en.html> (In Persian)
- Klootwijk, C., Koele, I., van Hoorn, J., Guroglu, B., & van Duijvenoorde, A. (2021). Parental support and positive mood buffer adolescents' academic motivation during the COVID-19 pandemic. *Journal of Research on Adolescence*, 31(3), 780-795. <https://doi.org/10.1111/jora.12660>
- Lam, T. C. M., Kolomitro, K., & Alamparambil, F. C. (2011). Empathy training: Methods, evaluation practices, and validity. *Journal of Multidisciplinary Evaluation*, 7(16), 162-200. <https://doi.org/10.56645/jmde.v7i16.314>
- Larsen, T., & Samdal, O. (2007). Implementing second step: balancing fidelity and program adaptation. *Journal of Educational and Psychological Consultation*, 17(1), 1-29. <https://doi.org/10.1080/10474410709336588>
- Li, X., Tang, X., Wu, H., Sun, P., Wang, M., & Li, L. (2021). COVID-19-related stressors and Chinese adolescents' adjustment: the moderating role of coping and online learning satisfaction. *Front. Psychiatry*, 12, 633523. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.633523>
- Mahapatra, A., & Sharma, P. (2020). Education in times of COVID-19 pandemic: Academic stress and its psychosocial impact on children and adolescents in India. *International Journal of Social Psychiatry*, 67(4), 397-399. <https://doi.org/10.1177/0020764020961801>
- Maiya, S., Dotterer, A., & Whiteman, S. (2021). Longitudinal changes in adolescents' school bonding during the COVID-19 pandemic: Individual, parenting, and family correlates. *Journal of Research on Adolescence*. 31(3), 809-819. <https://doi.org/10.1111/jora.12653>
- Marston, W. M. (2013). *Emotions of normal people*. London: Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315010366>
- Pakdel, E., & Omidvari, M. (2017). Investigating the effects of human personality on human reliability and accident frequency using DISC and HEART technique in automotive industries. *Iraninan Journal of Ergonomics*, 5(1), 26-35. <http://dx.doi.org/10.21859/joe-05014> (In Persian)
- Qi, M., Zhou, S. J., Guo, Z. C., Zhang, L. G., Min, H. J., Li, X. M., & Chen, J. X. (2020). The effect of social support on mental health in Chinese adolescents during the outbreak of COVID-19. *Journal of Adolescent Health*, 67(4), 514-518. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2020.07.001>
- Salmela-Aro, K., Upadyaya, K., Vinni-Laakso, J., & Hietajarvi, L. (2021). Adolescents' longitudinal school engagement and burnout before and during COVID-19: The role of socio-emotional skills. *Journal of Research on Adolescence*, 31(3), 796-807. <https://doi.org/10.1111/jora.12654>
- Senobar, A. (2018). The relationship between happiness, resilience and academic self-efficacy with academic adjustment of 10th grade male students. *Sociology of Education*, 8(1), 1-15. <https://ensani.ir/file/download/article/1550555914-10024-8-1.pdf> (In Persian)
- Sinha, A. K. P., & Singh, R. P. (1993). *The adjustment Inventory for school students (AISS)*. Agra (India): National Psychological Corporation.
- Sugerman, J. (2009). Using the DiSC® model to improve communication effectiveness. *Industrial and Commercial Training*, 41(3), 151-154. <https://doi.org/10.1108/00197850910950952>
- Wali, O., Vanka, A., Jan, A. S., Chahda, A., Aljahdali, R., & Vanka, S. (2021). Association between the DISC Personality Index and GPA. *Annals of Medical and Health Sciences Research*, 11, 1290-1292. Link

- Wang, M.-T., Henry, D. A., Scanlon, C. L., Del Toro, J., & Voltin, S. E. (2023). Adolescent psychosocial adjustment during COVID-19: An intensive longitudinal study. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 52(5), 633–648. <https://doi.org/10.1080/15374416.2021.2007487>
- Willems, J., van Daal, T., van Petegem, P., Coertjens, L., & Donche, V. (2021). Predicting freshmen's academic adjustment and subsequent achievement: differences between academic and professional higher education contexts. *Frontline Learning Research Special Issue*, 9(2), 28–49. <https://doi.org/10.14786/flr.v9i2.647>
- Woolfolk, A. (2004). *Educational psychology* (9th Ed.). Boston: Allyn and Bacon.
- Xiang, Y. T., Yang, Y., Li, W., Zhang, L., Zhang, Q., Cheung, T., & Ng, C. H. (2020). Timely mental health care for the 2019 novel coronavirus outbreak is urgently needed. *Lancet Psychiatry*, 7(3), 228–229. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30046-8](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30046-8)
- Zhu, H., Wei, L., & Niu, P. (2020). The novel coronavirus outbreak in Wuhan, China. *Global Health Research and Policy*, 5, 6. <https://doi.org/10.1186/s41256-020-00135-6>
- Zins, J. E., Payton, J. W., Weissberg, R. P., & Brien, M. U. (2007). Social and emotional learning for successful school performance. In K. M. Minke & G. C. Bear (Eds.), *Science of emotional intelligence: known and unknown* (376-395). New York: Oxford University Press.