

Research Paper

The Effectiveness of Assertiveness Training on Improving Self-esteem and Cognitive Emotion Regulation in Children with Special Learning Disabilities



Sara Taghizadeh Hir^{1*}, Azin Narimani² & Sahar Shahbazi³

1. PhD in Psychology, Department of Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, University of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran.

2. Professional doctorate student, Department of Medicine, Faculty of Medical Sciences, Ardabil University of Medical Sciences, Ardabil, Iran.

3. MSc Student of Psychology, Department of Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, University of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran.



Citation: Taghizadeh Hir, S., Narimani, A. & Shahbazi, S. (2023). [The Effectiveness of Assertiveness Training on Improving Self-esteem and Cognitive Emotion Regulation in Children with Special Learning Disabilities (Persian)]. *Journal of Learning Disabilities*, 13(1):6-16. <https://doi.org/10.22098/jld.2024.14280.2137>

[10.22098/jld.2024.14280.2137](https://doi.org/10.22098/jld.2024.14280.2137)



Article Info:

Received: 2023/12/21

Accepted: 2024/01/16

Available Online: 2023/12/21

Key words:

Assertiveness Training, Self-esteem, Cognitive Emotion Regulation, Special Learning Disabilities

ABSTRACT

Objective: The aim of this study was to investigate the effectiveness of assertiveness training on improving self-esteem and cognitive emotion regulation in children with special learning disabilities.

Methods: This research was semi-experimental study, including pretest- posttest with control group. The statistical population of the present study included all children aged 8 to 12 years with learning disabilities in Ardabil in 2023. Among them, 40 children were selected using convenience sampling method and randomly divided into an experimental (n=20) and a control group (n=20). Subjects were measured by emotion regulation questionnaire (2002) and Cooper Smith Self-esteem Questionnaire (1967). The experimental group participated in 8 sessions (45 minutes) of assertiveness training and the control group didn't receive any intervention. Data were analyzed using multivariate analysis of variance (MANCOVA).

Results: The results indicated that assertiveness training significantly improve self-esteem and cognitive emotion regulation in children with special learning disabilities ($P < 0/05$).

Conclusion: The results showed that assertiveness training can be considered as an effective way to improve self- esteem and cognitive emotion regulation of children with learning disabilities. Therefore, child psychologists and specialists can use assertiveness training to reduce the psychological problems of these children.

Extended Abstract

1. Introduction

B

ased on the fifth diagnostic and statistical manual of mental disorders, specific learning disorder is a neurodevelopmental disorder of biological origin that causes abnormalities at the cognitive level, and the term specific learning disorder is used to cover disorders that each they affect one of the people's performance in standardized tests, such as reading, writing and mathematics, and students

with these disabilities succeed much less than what is expected from their age and intelligence level (Batani et al., 2021).

Self-esteem is a person's positive and negative evaluation of himself and the feeling he has about himself (Bakir et al., 2020). People with more self-esteem use appropriate study and learning approaches and are more successful in education (Taherpour et al., 2022). The results of Frieson's research (2008) show that students with learning disabilities have lower self-esteem compared to normal students, and low self-esteem makes these students feel rejected and undervalued,

*Corresponding Author:

Sara Taghizadeh Hir

Address: PhD in Psychology, Department of Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, University of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran.

Tel: +98 (45) 33257563

E-mail: sara.taghizadeh1370@gmail.com

failure and feelings of vulnerability, sadness, distress, communication and behavioral problems, mental and physical problems.

In addition to self-esteem, children with learning disabilities also have problems in emotional processes such as emotion regulation (Dehghani et al., 2017). Emotion regulation includes awareness and evaluation of human emotional state and also includes processes that play a role in understanding and influencing emotions (Tumler et al., 2022). Alipour et al (2019) in a research showed that children with learning disabilities use positive emotion regulation strategies such as reappraisal strategies less than normal children. Also, the results of Nazarpour's research (2018) show that children with learning disabilities have less emotion regulation.

Various methods have been used in order to improve and improve the psychological components of children with learning disabilities. One of these methods is assertiveness training. Not having the skill of daring brings consequences such as lack of efficiency, dislike of school and study environment, lack of academic and job success, dropping out of school, depression, low self-esteem, loneliness and social anxiety (Ataei et al., 2018). Problems associated with boldness appear at the beginning of development in a range from extreme shyness to aggressive behavior and later appear in the form of social anxiety

disorder or avoidant personality disorder (Haroon Rashidi et al., 2017). In this regard, Yaqoubi's research results (2020) show that teaching assertiveness skills to children with learning disabilities increases the sense of belonging to school.

2. Materials and Methods

This research was semi-experimental study, including pretest- posttest with control group. The statistical population of the present study included all children aged 8 to 12 years with learning disabilities in Ardabil in 2023. Among them, 40 children were selected using convenience sampling method and placed randomly in experimental (n=20) and control group (n=20). Subjects were measured by emotion regulation questionnaire (2002) and Cooper Smith Self-esteem Questionnaire (1967). The experimental group participated in 8 sessions (45 minutes) of assertiveness training and the control group didn't receive any intervention. Data were analyzed using multivariate analysis of variance (MANCOVA).

3. Results

As Table 1 shows, the mean and standard deviation of working memory and attention variables in the experimental group improved after the intervention in the post-test.

Table 1. Results of covariance analysis (MANCOVA) of impulsivity scores in experimental and control groups

	Variables	SS	df	MS	F	P	Eta
Pre-test	Positive emotion	38.565	1	38.565	14.389	.001	.291
	Negative emotion	94.617	1	94.617	50.432	.000	.590
	Self esteem	23.536	1	23.536	11.831	.002	.253
Group	Positive emotion	158.672	1	158.672	59.204	.000	.628
	Negative emotion	38.647	1	38.647	20.599	.000	.370
	Self esteem	403.034	1	403.034	202.600	.000	.853
Error	Positive emotion	93.803	35	2.680			
	Negative emotion	65.664	35	1.876			
	Self esteem	69.626	35	1.989			
Total	Positive emotion	107903.000	40				
	Negative emotion	76877.000	40				
	Self esteem	48204.000	40				

4. Discussion and Conclusion

As the results of Table 3 show, there is a significant difference between the two experimental groups and the control group in positive and negative emotion regulation and self-esteem ($P < 0.01$). In other words, the scores of positive and negative emotion regulation and self-esteem of the test groups after assertiveness training are different.

The present study was conducted with the aim of investigating the effectiveness of assertiveness training on improving self-esteem and emotional regulation of children with learning disabilities. The results showed that the self-esteem scores in the experimental group were significantly higher in the

post-test than in the pre-test. Therefore, it can be said that assertiveness training improves the self-esteem of children with special learning disorders.

In explaining this finding, it can be said that children with learning disabilities have low self-esteem (Sasi and Wager, 2006). Assertiveness is one of the life skills that increase self-esteem, logical expression of thoughts and feelings, reduce anxiety, improve social-communication skills and respect the rights of others and at the same time, get your rights. Teaching boldness skills helps people to rationally express their mood and thoughts, and as a result of this effective self-expression, it improves their self-confidence and self-esteem (Kazemi et al., 2014).

Also, another finding of the present study showed that emotion regulation scores in the experimental group were significantly higher in the post-test than in the pre-test. Therefore, it can be said that assertiveness training improves the emotional regulation of children with special learning disorders.

Also, another finding of the present study showed that emotion regulation scores in the experimental group were significantly higher in the post-test than in the pre-test. Therefore, it can be said that assertiveness training improves the emotional regulation of children with special learning disorders.

In explaining this finding, it can be said that this disorder can affect the control and regulation of these children's emotions (Milligan et al., 2015). Because during the assertiveness training sessions, children get to know the benefits of assertiveness and can consider their reaction by visualizing situations in their mind and make choices that have consequences. Avoid the negativity caused by the lack of self-expression, find the necessary motivation to continuously participate in training sessions and share their common experiences of anxiety, anger and lack of behavior control with each other (Haroon Rashidi et al., 2020). Also, by observing each other's emotional reactions, they learn that in many cases it is necessary to express and accept their feelings while respecting the rights of others, without harming themselves or other people. Familiarity with daring and bold behavior helps a

person to use the word "no" when necessary (Ardi a&nd Sisin, 2018). In this way, it reduces the symptoms of anxiety or stress in itself (Mohagheghi et al., 2022).

5. Ethical Considerations

Compliance with ethical guidelines

All ethical principles were considered in this article. The participants were informed about the purpose of the research and its implementation stages. They also assured about the confidentiality of their information and were free to leave the study whenever they wished, and if desired, the research results would be available to them.

Funding

This research did not receive any grant from funding agencies in the public, commercial, or non-profit sectors.

Authors' contributions

All authors have participated in the design, implementation and writing of all sections of the present study.

Conflicts of interest

The authors declared no conflict of interest.

مقاله پژوهشی

اثر بخشی آموزش جرأت‌ورزی بر بهبود عزت نفس و تنظیم هیجان کودکان دارای اختلال یادگیری خاص

سارا تقی زاده هیر*^۱، آذین نریمانی^۲ و سحر شهبازی^۳

۱. دکتری روانشناسی، گروه روانشناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.
۲. رزیدنت اطفال، گروه پزشکی، دانشکده علوم پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی اردبیل، اردبیل، ایران.
۳. دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.

چکیده

اطلاعات مقاله:

تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۰۹/۳۰

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۱۰/۲۶

تاریخ انتشار: ۱۴۰۲/۰۹/۳۰

هدف:

هدف پژوهش حاضر، تعیین اثربخشی آموزش جرأت‌ورزی بر بهبود عزت نفس و تنظیم هیجان کودکان دارای اختلال یادگیری خاص بود.

روش‌ها:

پژوهش حاضر از نوع نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل کلیه کودکان ۸ تا ۱۲ سال مبتلا به اختلال یادگیری در سال ۱۴۰۲ در شهر اردبیل بود؛ که از این گروه ۴۰ نفر کودک مبتلا به اختلال یادگیری از مرکز ناتوانی‌های یادگیری به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش (۲۰ نفر) و کنترل (۲۰ نفر) گمارده شدند. گروه آزمایش به مدت ۸ جلسه ۴۵ دقیقه‌ای برنامه جرأت‌ورزی را دریافت کردند. گروه کنترل مداخله‌ای دریافت نکرد. آزمودنی‌ها قبل و بعد از مداخله توسط پرسشنامه عزت نفس کوپراسمیت (۱۹۶۷) و پرسشنامه تنظیم هیجان گرانفسکی (۲۰۰۲) مورد ارزیابی قرار گرفتند. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۵ و آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیری استفاده شد.

یافته‌ها:

نتایج نشان داد که تفاوت معناداری بین گروه‌ها در عزت نفس و تنظیم هیجان وجود دارد. گروه آزمایش در پس‌آزمون از عزت نفس و تنظیم هیجان بالاتری در مقایسه با گروه کنترل برخوردار بود. ($P < 0/05$).

نتیجه‌گیری:

با توجه به نتایج بدست آمده، می‌توان گفت برنامه جرات‌ورزی بر بهبود عزت نفس و تنظیم شناختی هیجان کودکان مبتلا به اختلال ناتوانی یادگیری اثربخش بود. لذا پیشنهاد می‌شود متخصصان و درمانگران از این مداخله برای بهبود عزت نفس و تنظیم شناختی هیجان کودکان دارای اختلال یادگیری خاص استفاده نمایند.

کلیدواژه‌ها:

آموزش جرأت‌ورزی، عزت نفس، تنظیم هیجان، اختلال یادگیری خاص

مقدمه

اگرچه ناتوانی‌های یادگیری ممکن است همزمان با ناتوانی‌های دیگر مانند اختلال حسی، اختلال رشد ذهنی و اختلالات عاطفی در فرد وجود داشته باشد و یا تحت تأثیر عواملی مانند تفاوت‌های فرهنگی، زبانی، آموزش ناکافی و یا نامناسب رخ دهد، ولی در نتیجه این عوامل رخ نمی‌دهد (توفالینی، بارنو و کورنولدی، ۲۰۲۰).

اختلال یادگیری خاص^۱ بر مبنای پنجمین راهنمای تشخیصی و آماری اختلال‌های روانی،^۲ اختلالی عصبی-تحوالی با منشأ زیستی است که موجب نابهنجاری‌هایی در سطح شناختی می‌شود و از اصطلاح اختلال یادگیری خاص برای پوشش دادن اختلالاتی استفاده می‌شود که هر کدام یکی از عملکردهای افراد در آزمون‌های استاندارد شده را تحت تأثیر قرار می‌دهند مثل خواندن، نوشتن و ریاضیات و دانش‌آموزان مبتلا به این ناتوانی‌ها بسیار کمتر از آنچه از سن و سطح هوشی آنها انتظار می‌رود، موفق می‌شوند (باطنی و همکاران، ۱۴۰۰).

* نویسنده مسئول:

سارا تقی زاده هیر

نشانی: دکتری روانشناسی، گروه روانشناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.

تلفن: ۰۹۸ ۳۳۲۵۷۵۶۳ (۴۵)

پست الکترونیکی: sara.taghizadeh1370@gmail.com

1. specific learning disorder
2. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5)
3. Toffalini

ناتوانی‌های یادگیری

مجدد استفاده می‌نمایند. همچنین نتایج پژوهش نظریه‌پرداز و همکاران (۱۳۹۸) نیز نشان می‌دهد کودکان دارای ناتوانی یادگیری از تنظیم هیجان کمتری برخوردار هستند.

به منظور اصلاح و ارتقای مؤلفه‌های روانشناختی کودکان دارای ناتوانی یادگیری از روش‌های مختلفی استفاده شده است. یکی از این روش‌ها آموزش جرات مندی^۱ می‌باشد. جرات مندی بیان مناسب و صحیح هر نوع هیجانی به غیر از اضطراب نسبت به فرد دیگری است. وجود چنین رفتاری در فرد سبب می‌شود که احساسات و هیجانات خود را در برابر رفتار دیگران که می‌تواند طیف وسیعی از تحقیر تا تحریک را همراه داشته باشد بدون ترس و به شکلی صحیح ابراز دارد (سیف، ۱۳۹۸). جرات مندی به واسطه برخورداری از خودکنترلی در موقعیت‌های مختلف و خودکارآمدی کمک می‌کند که فرد عزت نفس خود را حفظ و تقویت کند (ناکاموری و همکاران^۱، ۲۰۱۷). نداشتن مهارت جرات‌ورزی پیامدهایی چون عدم کارایی، بی‌زاری از فضای مدرسه و تحصیل، عدم موفقیت تحصیلی و شغلی، ترک تحصیل، افسردگی، عزت نفس پایین، احساس تنهایی و اضطراب اجتماعی را به همراه می‌آورد (عطایی و همکاران، ۱۳۹۸). مشکلات همراه با جرات‌ورزی در ابتدای تحول در دامنه‌ای از کم‌رویی بسیار شدید تا رفتار پرخاشگرانه بروز پیدا می‌کند و بعدها به شکل اختلال اضطراب اجتماعی یا اختلال شخصیت اجتنابی نمایان می‌شود (هارون رشیدی و کاظمیان مقدم، ۱۳۹۷). در همین راستا نتایج پژوهش یعقوبی و همکاران (۱۴۰۰) نشان می‌دهد آموزش مهارت‌های جرات‌ورزی به کودکان دارای اختلال یادگیری موجب افزایش احساس تعلق به مدرسه می‌شود. همچنین نتایج پژوهش ایرانمنش و همکاران (۱۴۰۱) نشان می‌دهد آموزش مهارت‌های جرات‌ورزی موجب افزایش عزت نفس افراد مبتلا به بیماری‌های پوستی مزمن می‌شود.

کودکان دارای اختلال یادگیری به دلیل مشکلاتی که دارند معمولاً در معرض عزت نفس پایین و مهارت‌های پایین در تنظیم هیجان و مشکلات عاطفی و اجتماعی قرار دارند. لذا پرداختن به این متغیرها در کودکان دارای اختلال یادگیری از اهمیت ویژه‌ای برخوردار

1. Self steem
2. Bakir
3. Thompson
4. Frieson
5. Cognitive Emotion Regulation
6. Thümmmler
7. Gullo
8. Li
9. Assertiveness
10. Nakamura

این کودکان در حوزه‌های گوناگون یادگیری از قبیل ریاضیات، سازماندهی و رفتارهای اجتماعی دارای مشکلاتی هستند. این نوع مشکلات باعث آسیب‌هایی مانند خودپنداره ضعیف، اعتماد به نفس و عزت نفس^۱ پایین و مشکلات ارتباطی آن‌ها با همسالان و خانواده‌هایشان می‌شود (رضاپور میر صالح، ۲۰۱۸).

عزت نفس عبارت است از ارزیابی مثبت و منفی فرد از خود و احساسی که درباره خود دارد (باگر و همکاران^۲، ۲۰۲۰). عزت نفس یک جنبه مهم در کارکرد یا کنش کلی فرد بوده و با زمینه‌های دیگری چون سلامت روانی، اجتماعی و تحصیلی او در ارتباط است (تامسون و همکاران^۳، ۲۰۲۰) و چیزی فراتر از احساس محض، بلکه تشکیل شده از عناصر هیجانی، ارزشیابی و شناختی است که پایه شکل‌گیری شخصیت، رفتار و موقعیت افراد معرفی شده و بر تمامی جنبه‌های زندگی شخص تأثیر می‌گذارد (سلطانی و درتاج، ۱۳۹۸). افراد دارای عزت نفس بیشتر، از رویکردهای مطالعه و یادگیری مناسب استفاده می‌کنند و در تحصیل موفق تر هستند (طاهرپور، کلانتری و پورشافعی، ۱۴۰۱). نتایج پژوهش فریسون^۴ (۲۰۰۸) نشان می‌دهد که دانش‌آموزان دارای اختلال یادگیری در مقایسه با دانش‌آموزان بهنجار از عزت نفس پایین‌تری برخوردارند و عزت نفس پایین نیز موجب می‌شود این دانش‌آموزان احساس طردشدگی، کم‌ارزشی، ناکامی و احساس آسیب‌پذیری، اندوه، پریشانی، مشکلات ارتباطی و رفتاری، مشکلات روحی و جسمی داشته باشند.

کودکان دارای ناتوانی یادگیری علاوه بر عزت نفس، در فرایندهای هیجانی همچون تنظیم هیجان^۵ نیز دارای مشکلاتی هستند (دهقانی، گلستانه و زنگویی، ۱۳۹۷). تنظیم هیجان آگاهی و ارزیابی از حالت هیجانی انسان را در بر می‌گیرد و همچنین شامل فرایندهایی است که در درک و تأثیرگذاری بر هیجانات نقش دارد (توملر، انگل و بارتز^۶، ۲۰۲۲). در فرآیند تنظیم هیجان، ارزیابی مجدد شناختی شامل اصلاح معنای شناختی نسبت داده شده به یک موقعیت است، در حالی که سرکوب بیانی شامل مهار یا کاهش رفتار بیانگر هیجانی مداوم است (گولو و همکاران^۷، ۲۰۲۲). افراد از طریق به کارگیری راهبردهای تنظیم هیجان بر زمان، چگونگی و نوع تجربه و بیان، تغییر شدت یا طول دوره فرایندهای رفتاری و تجربی و یا جسمانی هیجان‌ها، به صورت خودکار یا مهار شده و هوشیارانه یا ناهوشیار، به تنظیم هیجان می‌پردازند (لی و همکاران^۸، ۲۰۱۹). علی‌پور و همکاران (۱۳۹۹) در پژوهشی نشان دادند کودکان دارای ناتوانی یادگیری کمتر از کودکان عادی از راهبرد تنظیم هیجان مثبت مانند راهبرد ارزیابی

نامه در تحقیق کوپراسمیت و همکاران (۱۹۷۶) با روش بازآزمایی، بین ۰/۸۸ تا ۰/۷۰ محاسبه شد (به نقل از نیسی، شهنی ییلاق و فراشبندی، ۱۳۸۴). روایی آزمون که از طریق همبستگی میان نمره-های این آزمون با معدل سال آخر ۲۳۰ دانش آموز دختر و پسر محاسبه شده بود، نمره همبستگی برای پسران ۰/۹۶ و برای دختران ۰/۷۱ به دست آمد. میزان پایایی نیز با روش آزمون-باز آزمون برای پسران ۰/۹۰ و برای دختران ۰/۹۲ به دست آمده بود (فتحی و همکاران، ۱۳۹۵). میزان پایایی این پرسشنامه در پژوهش صناعی آفاده و عابدی (۱۳۹۸) با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برای نمره کل پرسشنامه ۰/۸۵ و پایایی بعد اجتماعی ۰/۵۹، یادگیری ۰/۷۹، خانوادگی ۰/۸۰ محاسبه شد.

پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان! این پرسشنامه توسط گرانفسکی، کرایج و اسپینهاون^۳ (۲۰۰۲) ساخته شده است و یک پرسشنامه چندبعدی و ابزاری خود گزارشی است که ۳۶ ماده دارد و دو فرم بزرگسالان و کودکان را شامل می‌شود. این نسخه از روی نسخه اصلی پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان به منظور استفاده در جامعه کودکان تدوین شده است. نمرات شامل ۱ تا ۵ (از همیشه یا هرگز) می‌باشد. این پرسشنامه راهبردهای سرزنش خود، سرزنش دیگران، نشخوارذهنی و فاجعه‌آمیزپنداری در مجموع، راهبردهای منفی و راهبردهای پذیرش، توجه مجدد به برنامه‌ریزی، توجه مجدد مثبت، باز ارزیابی مثبت و اتخاذ دیدگاه بر روی هم راهبردهای مثبت تنظیم هیجان را نشان می‌دهند. ضریب آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس‌های این پرسشنامه به وسیله گرانفسکی و همکاران (۲۰۰۲) در دامنه ۰/۷۱ تا ۰/۸۱ گزارش شده است. برقی ایرانی، بگیان کوله‌مرز و تمیمی (۱۳۹۶) در پژوهش خود پایایی این پرسشنامه را با دامنه آلفای کرونباخ ۰/۷۶ تا ۰/۹۲ و روایی پرسشنامه بین خرده مقیاس‌ها را ۰/۳۲ تا ۰/۶۷ گزارش کرده‌اند.

پروتکل مداخله

در پژوهش حاضر آموزش مهارت‌های جرات‌ورزی برگرفته از بسته آموزشی ربیعی و همکاران (۱۳۹۱) در ۱۰ جلسه ۶۰ دقیقه‌ای به شرکت کنندگان ارائه شد که در جدول ۱ گزارش شده است.

1. Cooper Smith Self-esteem Questionnaire
2. Emotion regulation questionnaire
3. Garnefski, Kraaij & Spinhoven

است. ولی با این حال، تاکنون در داخل کشور پژوهشی به آموزش جرات‌ورزی با هدف ارتقا عزت نفس پایین و تنظیم هیجان در این کودکان نپرداخته است. بنابراین پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی آموزش جرات‌ورزی بر بهبود عزت نفس و تنظیم هیجان کودکان دارای اختلال یادگیری خاص انجام شد.

روش پژوهش

روش پژوهش حاضر نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل بود.

جامعه آماری، روش و نمونه‌گیری: جامعه آماری پژوهش حاضر در برگیرنده تمامی کودکان دارای اختلال یادگیری که در سال ۱۴۰۲ به مرکز اختلالات یادگیری شهر اردبیل مراجعه کرده‌اند بود. با توجه به اینکه حداقل حجم نمونه در تحقیقات آزمایشی تعداد ۱۵ نفر به ازای هر گروه مطرح شده است (دلاور، ۱۴۰۱)، با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس از بین مراجعه کنندگان به مرکز اختلالات یادگیری شهر اردبیل ۴۰ (۲۰ نفر در هر گروه) نفر انتخاب شد. ملاک‌های ورود به پژوهش عبارت بودند از: داشتن اختلال یادگیری و نبود سایر اختلالات رفتاری و هیجانی. همچنین ملاک-های خروج از مطالعه نیز عبارت بودند از: عدم تمایل به ادامه پژوهش توسط کودک یا خانواده و غیبت بیش از دو جلسه. به منظور جمع‌آوری داده‌ها از ابزارهای زیر استفاده شد:

پرسشنامه عزت نفس کوپراسمیت! این پرسشنامه توسط کوپراسمیت (۱۹۶۷) به منظور سنجش احساس ارزشمندی دانش‌آموزان در زمینه‌های اجتماعی و تحصیلی ساخته شده است. این پرسشنامه شامل پنج موضوع است که عبارتند از انجام تکالیف آموزشی، روابط اجتماعی، خانواده، خود و آینده و دارای چهار خرده مقیاس، عزت نفس کلی، عزت نفس اجتماعی، عزت نفس خانوادگی و عزت نفس تحصیلی می‌باشد. این پرسشنامه دارای ۵۸ سؤال دو گزینه‌ای به صورت بله و خیر است. اعتبار و روایی پرسشنامه کوپراسمیت بر اساس ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۸ برای نمره کلی آزمون گزارش شده است. روش نمره‌گذاری در پرسشنامه عزت نفس کوپراسمیت به صورت صفر و یک است و ۸ سؤال دوزخ سنج نیز دارد که در مورد محاسبه نمره کل این ۸ سوال محاسبه نمی‌شود. نمره کل آزمودنی حداقل صفر و حداکثر ۵۰ خواهد بود. پژوهش‌های متعددی روایی و پایایی این آزمون را تأیید کرده‌اند. ضریب پایایی این پرسش

جدول ۱. خلاصه جلسات آموزش جرات‌ورزی (ریبعی و همکاران، ۱۳۹۱)

جلسه	محتوا
اول	جلسه معارفه و بیان اهداف پژوهش، توصیف برنامه جرات‌ورزی و اهمیت آن در زندگی روزمره بود. همچنین ارایه تکلیف در مورد یادآوری موقعیت‌هایی بود که فرد در آن، در مقوله جرات‌ورزی با چالش روبه رو شده است و عکس‌العمل وی در آن موقعیت چه بوده است.
دوم	ارایه گزارش تکلیف جلسه قبل و دادن پس‌خوراند، بحث در خصوص حقوق افراد و آشنا کردن دانش‌آموزان با حقوق خود (به عنوان نمونه، حق ابراز یا عدم ابراز وجود، حق ابراز عقیده و نظر، حق داشتن اطلاعات و غیره) و دادن تکلیف در مورد مواجه شدن با موقعیت‌های جدید و عکس‌العمل نسبت به آن موقعیت‌ها.
سوم	ارایه گزارش تکلیف جلسه قبل و دادن پس‌خوراند، بحث در خصوص رفتارهای مبتنی بر ابراز وجود و رفتارهای جایگزین (به عنوان نمونه، بحث در خصوص انواع مختلف رفتارها و روش‌های خاص کنار آمدن با تغییر) و دادن تکلیف در خصوص تشخیص رفتار جرات‌ورزانه و غیر جرات‌ورزانه (پرخاشگرانه و منفعل) بود.
چهارم	ارایه گزارش تکلیف جلسه قبل و دادن پس‌خوراند، بحث در خصوص خشم، پیامدهای منفی و بازدارنده آن، شرح و توصیف برخی علائم خشم پنهانی و دادن تکلیف در خصوص حفظ آرامش و کنترل خشم در موقعیت‌های مختلف.
پنجم	ارایه گزارش تکلیف جلسه قبل و دادن پس‌خوراند، بحث در خصوص خشم، پیامدهای منفی و بازدارنده آن، شرح و توصیف برخی علائم خشم پنهانی و دادن تکلیف در خصوص حفظ آرامش و کنترل خشم در موقعیت‌های مختلف.
ششم	ارایه گزارش تکلیف جلسه قبل و دادن پس‌خوراند، بحث در خصوص درخواست کردن و «بله» و «نه» گفتن، علل ناتوانی «بله» و «نه» گفتن و دادن تکلیف برای بحث در جلسه بعد بود.
هفتم	ارایه گزارش تکلیف جلسه قبل و دادن پس‌خوراند، بحث در خصوص انتقاد، برخورد مناسب و مؤثر با انتقاد، کنار آمدن با انتقاد، فواید و مضرات انتقاد و دادن تکلیف در خصوص کنار آمدن با انتقاد.
هشتم	ارایه گزارش تکلیف جلسه قبل و دادن پس‌خوراند، مروری بر مطالب ارایه شده در هفت جلسه قبل، تأکید بر هشتم ابراز عقیده، درخواست کردن، بله و نه گفتن، کنار آمدن با خشم و برخورد با انتقاد.

روش اجرا

برای تجزیه و تحلیل اطلاعات دموگرافیک از آمار توصیفی و برای مقایسه نمرات پیش‌آزمون- پس‌آزمون متغیرهای مورد مطالعه از تحلیل کواریانس چندمتغیری (MANCOVA) استفاده شد. داده‌ها به وسیله برنامه SPSS-25 مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

با مراجعه به مرکز اختلالات یادگیری شهر اردبیل آزمودنی‌های مورد نظر انتخاب شد. سپس آزمودنی‌ها به صورت تصادفی در ۲ گروه آزمایش و کنترل گمارده شد. به عنوان پیش‌آزمون، پرسشنامه عزت نفس کوپراسمیت و پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان گرانفسکی اجرا شد. سپس بسته جرئت‌ورزی در ۸ جلسه و هر جلسه به مدت ۴۵ دقیقه و ۲ بار در هفته روی گروه آموزشی اجرا شد. گروه کنترل مداخله‌ای دریافت کرد. در انتها، پس از اتمام جلسات آموزشی از هر دو گروه آزمایش و کنترل به عنوان پس‌آزمون پرسشنامه عزت نفس کوپراسمیت و پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان گرانفسکی اجرا شد. به منظور رعایت اخلاق پژوهشی ابتدا از والدین فرم رضایت و تعهد جهت شرکت در پژوهش گرفته شد و در مورد محرمانه نگهداشتن اطلاعات شرکت‌کنندگان به والدین اطمینان خاطر داده شد.

یافته‌ها

شرکت‌کنندگان در پژوهش شامل تعداد ۴۰ نفر با اختلال یادگیری بودند که ۲۰ نفر از آزمودنی‌ها در گروه آزمایش و ۲۰ نفر در گروه کنترل قرار گرفتند. میانگین و انحراف استاندارد سن آزمودنی‌ها در گروه آزمایش ۱۰/۱۵ (۱/۲۲) و در گروه کنترل ۹/۹۵ (۱/۱۴) بود. میانگین و انحراف معیار متغیر تنظیم هیجان (تنظیم هیجان مثبت و تنظیم هیجان منفی) و عزت‌نفس در هر یک از گروه‌ها در مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۲. مقایسه میانگین و انحراف معیار گروه‌های آزمایش و کنترل در متغیرهای پژوهش در مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون

متغیر	گروه آزمایش		گروه کنترل	
	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
هیجان مثبت	پیش‌آزمون	۵۰/۶۵	۱/۹۵	۴۹/۹۵
	پس‌آزمون	۵۴/۷۰	۱/۷۵	۴۸/۹۵
هیجان منفی	پیش‌آزمون	۴۶/۰۵	۱/۷۳	۴۵/۳۵
	پس‌آزمون	۴۳/۱۰	۲/۷۳	۴۴/۴۵
عزت نفس	پیش‌آزمون	۳۲/۱۵	۱/۱۸	۳۰/۳۵
	پس‌آزمون	۳۸/۸۰	۱/۳۶	۳۰/۰۰

وارianس‌ها تأیید شده است. همچنین جهت بررسی نرمال بودن نمرات تنظیم شناختی هیجان و عزت‌نفس از آزمون کولموگروف اسمیرنوف استفاده شد. نتایج آزمون کولموگروف اسمیرنوف نشان داد که نمرات تنظیم شناختی هیجان و عزت‌نفس کودکان مبتلا به اختلال یادگیری نرمال هستند. بنابراین می‌توان از آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیره استفاده کرد. در جدول ۳ آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیری گزارش شده است.

همان‌طور که در جدول ۲ مشاهده می‌شود، میانگین نمرات متغیر تنظیم شناختی هیجان و عزت‌نفس در گروه‌های آزمایش در مرحله پس‌آزمون نسبت به مرحله پیش‌آزمون بهبود داشته است. در ادامه جهت بررسی پیش‌فرض‌های لازم جهت استفاده از آزمون‌های پارامتریک از آزمون لوین استفاده شد. با توجه به میزان F مشاهده شده مولفه‌های تنظیم هیجان و عزت‌نفس در سطح ۰/۰۵ معنادار نبوده ($P > 0/05$)، بنابراین واریانس نمرات تنظیم هیجان و عزت‌نفس در بین دو گروه آزمایش و کنترل متفاوت نیست و فرض همگنی

جدول ۳. نتایج تحلیل کوواریانس (MANCOVA) نمرات تنظیم شناختی هیجان در گروه‌های آزمایش و کنترل

منبع	متغیر	SS	df	MS	F	P	Eta
پیش‌آزمون	هیجان مثبت	۳۸/۵۶	۱	۳۸/۵۶	۱۴/۳۸	۰/۰۰۱	۰/۲۹
	هیجان منفی	۹۴/۶۱	۱	۹۴/۶۱	۵۰/۴۳	۰/۰۰۱	۰/۵۹
	عزت‌نفس	۲۳/۵۳	۱	۲۳/۵۳	۱۱/۸۳	۰/۰۰۲	۰/۲۵
گروه	هیجان مثبت	۱۵۸/۶۷	۱	۱۵۸/۶۷	۵۹/۲۰	۰/۰۰۱	۰/۶۲
	هیجان منفی	۳۸/۶۴	۱	۳۸/۶۴	۲۰/۵۹	۰/۰۰۱	۰/۳۷
	عزت‌نفس	۴۰۳/۰۳	۱	۴۰۳/۰۳	۲۰۲/۶۰	۰/۰۰۱	۰/۸۵
خطا	هیجان مثبت	۹۳/۸۰	۳۵	۲/۶۸			
	هیجان منفی	۶۵/۶۲	۳۵	۱/۸۷			
	عزت‌نفس	۶۹/۶۲	۳۵	۱/۹۸			
کل	هیجان مثبت	۱۰۷۹۰۳/۰۰	۴۰				
	هیجان منفی	۷۶۸۷۷/۰۰	۴۰				
	عزت‌نفس	۴۸۲۰۴/۰۰	۴۰				

در تبیین این یافته می‌توان گفت کودکان دارای اختلال یادگیری از عزت‌نفس پایینی برخوردارند (ساسی و واگر، ۲۰۰۶). جرأت‌ورزی از مهارت‌های زندگی است که باعث افزایش عزت‌نفس، بیان منطقی افکار و احساسات، کاهش اضطراب، بهبود مهارت‌های ارتباطی - اجتماعی و رعایت حقوق دیگران و در عین حال، گرفتن حق خود می‌شود. آموزش مهارت جرأت‌مندی به افراد کمک می‌کند که به طور منطقی خلق و خو و افکارشان را ابراز کنند و در نتیجه این خودابرازی موثر، اعتماد به نفس و عزت‌نفس آن‌ها ارتقاء می‌دهد (کاظمی و همکاران، ۲۰۱۴). بنابراین آموزش مهارت جرات‌ورزی به این کودکان موجب افزایش عزت‌نفس و در نتیجه کاهش مشکلات یادگیری می‌شود. افراد در جلسات آموزشی جرات‌ورزی می‌آموزند که حقوق خود را بشناسند و از آن‌ها به طرق گوناگون دفاع کنند. تمرین این مهارت موجب می‌شود که فرد در روابط بین فردی جرات بیشتری کسب کند و به تبع آن عزت‌نفس وی نیز رشد خواهد نمود (حجت و همکاران، ۱۳۹۶). از سوی دیگر کودکان دارای عزت‌نفس پایین در مقایسه با کودکان با عزت‌نفس بالا،

همان‌طور که نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد، بین دو گروه آزمایش و گروه کنترل در تنظیم هیجان مثبت و منفی و عزت‌نفس ($P < 0/01$) تفاوت معنی‌داری وجود دارد. به عبارت دیگر نمرات تنظیم هیجان مثبت و منفی و عزت‌نفس گروه‌های آزمایش بعد آموزش جرات‌ورزی متفاوت است.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی آموزش جرأت‌ورزی بر بهبود عزت‌نفس و تنظیم هیجان کودکان دارای اختلال یادگیری خاص انجام شد. نتایج نشان داد نمرات عزت‌نفس در گروه آزمایش در پس‌آزمون به طور معنی‌داری بیشتر از پیش‌آزمون بود. بنابراین می‌توان گفت آموزش جرات‌ورزی موجب بهبود عزت‌نفس کودکان مبتلا به اختلال یادگیری خاص می‌بخشد. این نتیجه در راستای پژوهش‌های ایرانمنش و همکاران (۱۴۰۱)، یعقوبی و همکاران (۱۴۰۱)، کاظمی و همکاران (۲۰۱۴) می‌باشد.

(۱۴۰۱).

در مجموع نتایج پژوهش حاضر نشان داد آموزش جرات‌ورزی می‌تواند در بهبود عزت نفس و تنظیم هیجان کودکان دارای اختلال یادگیری موثر باشد. پژوهش حاضر نیز با محدودیت‌هایی همراه بود، از جمله اینکه این پژوهش با حجم جامعه محدود و فقط بر روی کودکان مبتلا به اختلال یادگیری شهر اردبیل اجرا شد، که تعمیم‌پذیری نتایج را با محدودیت رو به رو می‌سازد. همچنین عدم کنترل متغیرهایی مانند شدت و نوع اختلال یادگیری خاص که ممکن است روی نتایج اثر داشته باشد. پیشنهاد می‌شود برای افزایش تعمیم‌پذیری نتایج، پژوهش بر روی گروه‌های تحصیلی و سنی دیگر نیز انجام شود. همچنین به دلیل عدم دسترسی به شرکت کنندگان مرحله پیگیری مقدور نبود. لذا پیشنهاد می‌شود مطالعات پیگیرانه جهت بررسی تاثیرات آموزش جرات‌ورزی انجام شود. پیشنهاد می‌شود درمان‌گران کودکان دارای اختلال یادگیری خاص آموزش‌های لازم در زمینه رشد مهارت‌های اجتماعی این کودکان انجام دهند تا در افزایش سلامت روان این کودکان گام‌های موثری برداشته شود.

ملاحظات اخلاقی

پیروی از اصول اخلاق پژوهش

اصول اخلاقی تماماً در این مقاله رعایت شده است. شرکت کنندگان اجازه داشتند هر زمان که مایل بودند از پژوهش خارج شوند. همچنین همه شرکت کنندگان در جریان روند پژوهش بودند. اطلاعات آن‌ها محرمانه نگه داشته شد.

حامی مالی

این تحقیق هیچ گونه کمک مالی از سازمان‌های تأمین مالی در بخش‌های عمومی، تجاری یا غیرانتفاعی را دریافت نکرده است.

مشارکت نویسندگان

تمام نویسندگان در طراحی، اجرا و نگارش همه بخش‌های پژوهش حاضر مشارکت داشته‌اند.

تعارض منافع

با اطمینان کامل و اظهار نویسندگان این مقاله تعارض منافع ندارد.

اختلالات یادگیری بیشتری را بروز می‌دهند و افت عملکرد و ترک تحصیل بیشتری دارند (اورکی، زارع و عطار قصبه، ۱۳۹۶). همچنین یافته دیگر پژوهش حاضر نشان داد نمرات تنظیم هیجان در گروه آزمایش در پس‌آزمون به طور معنی‌داری بیشتر از پیش‌آزمون بود. بنابراین می‌توان گفت آموزش جرات‌ورزی موجب بهبود تنظیم هیجان کودکان دارای اختلال یادگیری خاص می‌بخشد. این نتیجه در راستای پژوهش‌های محقق و همکاران (۱۴۰۰)، ربیعی و همکاران (۱۳۹۱) می‌باشد.

در تبیین این یافته می‌توان گفت کودکان مبتلا به اختلال یادگیری خاص مشکلاتی را در زمینه شناختی، هیجانی، رفتاری و ارتباطی تجربه می‌کنند (الینات و اینات، ۲۰۱۵). این اختلال می‌تواند روی کنترل هیجان‌ها و تنظیم هیجان این کودکان تاثیر بگذارد (میلیگان، بادالی و اسپیری، ۲۰۱۵). افراد مبتلا به اختلال یادگیری سطح بالایی از هیجان‌ها منفی و سطح پایینی از عزت‌نفس را دارا می‌باشند (پریوات و همکاران، ۲۰۱۵؛ به نقل از گابریلی و همکاران، ۲۰۲۰). جرات‌ورزی به توانایی یا فعالیتی اطلاق می‌شود که هدف آن افزایش توانایی شناختی از طریق انجام تمرین‌هایی است که به تغییرات قابل توجه در سطح رفتار، هیجان یا افکار می‌انجامد. از آنجایی که در خلال جلسات آموزش جرات‌ورزی، کودکان با فواید جرات‌ورزی آشنا می‌شوند و می‌توانند با تجسم موقعیت‌هایی در ذهن، واکنش خود را مورد توجه قرار دهند و به انتخاب‌هایی دست بزنند که از پیامدهای منفی ناشی از عدم ابراز وجود اجتناب ورزند، انگیزه لازم را پیدا می‌کنند تا به طور مستمر در جلسات آموزشی مشارکت کنند و تجارب مشترک خود درباره احساس اضطراب، خشم و فقدان کنترل رفتار را با یکدیگر به اشتراک بگذارند (هارون رشیدی و همکاران، ۲۰۲۰). همچنین آن‌ها از خلال مشاهده واکنش‌های هیجانی یکدیگر یاد می‌گیرند که در بسیاری از مواقع لازم است ضمن احترام گذاشتن به حقوق دیگران، احساسات خود را بیان کنند و بپذیرند، بدون اینکه به خود یا سایر افراد آسیب برسانند. آشنایی با رفتار جرات‌ورزی و جسورانه به فرد کمک می‌کند در مواقع الزم از کلمه «نه» استفاده نماید (آردی و سیسین، ۲۰۱۸). از این طریق نشانه‌های اضطراب یا استرس را در خود کاهش دهد (محقق و همکاران،

منابع

- اضطراب کودکان دچار اختلال یادگیری خاص در سنین مدرسه. مجله توانبخشی، ۲۲ (۴)، ۴۰۸-۴۲۹
- <http://rehabilitationj.uswr.ac.ir/article-1-2918-fa.html>
- نظرپورصمصامی، پ.، مهدیانی، ز.، قاسم‌زاده، م.، و پادروند، ح. (۱۳۹۸). مقایسه راهبردهای تنظیم هیجان و ابراز وجود در دانش‌آموزان با و بدون ناتوانی ویژه یادگیری. مجله مطالعات ناتوانی، ۹ (۱۵)، ۱-۵.
- <http://jdisabilstud.org/article-1-962-fa.html>
- هارون رشیدی، ه.، کاشی‌زاده، پ.، کاظمیان مقدم، کو (۱۳۹۹). اثربخشی آموزش تنظیم هیجانی بر ادراک خود و ابراز وجود دانش‌آموزان با نارسایی یادگیری. فصلنامه کودکان استثنایی، ۲۰ (۳)، ۳۷-۴۸.
- <http://joec.ir/article-1-1253-fa.html>
- یعقوبی، ا.، کولیوند، س.، کردنوقایی، ر. و رشید، خ. (۱۴۰۱). تأثیر آموزش مهارت‌های جرأت‌ورزی بر خودپنداره تحصیلی دانش‌آموزان مبتلا به اختلال‌های یادگیری ویژه با احساس تعلق بالا و پایین به مدرسه. توانمندسازی کودکان استثنایی، ۱۳ (۲)، ۴۴-۵۳.
- https://www.ceciranj.ir/article_147884.html
- ### References
- Alipour, F., Nejati, V., Dehrouyeh, S. H., Moradalian, F., & Bodaghi, E. (2020). Cognitive Emotion Regulation and Behavioral Problems in 7-12 Years Old Children with Specific Learning (Disorders Reading, Writing and Mathematics Deficits). *JOEC*, 20(1), 87-98. <http://joec.ir/article-1-1113-fa.html>
- 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. *Family and Research Quarterly*, 17(1), 21-40. <https://qjfr.ir/article-1-1415-en.html>
- Bakir, A., Gentina, E., & Gil, L.A. (2020). What shapes adolescents' attitudes toward luxury brands? The role of self-worth, self-construal, gender and national culture. *Journal of Retailing and Consumer*, 57, 102208. [DOI:10.1016/j.jretconser.2020.102208]
- Barghi Irani, Z., Bagiyani, K.M.J., & Tamimi, J. (2017). Effectiveness of Walkersocial skills training, on improving socialphobiaandemotion regulation strategiesinhearing impaired children. *Iranian Journal of Pediatric Nursing*, 3(4), 31-40. <http://jpen.ir/article-1-187-en.html>
- Batani, P., Beirami, M., & Siavoshifar, N. (2021). The effectiveness of affect regulation training on increasing self-regulation and reducing feelings of shame and guilt in mothers of students with special learning disabilities. *Rooyesh-e-Ravanshenasi*, 10(6), 129-38. <http://frooyesh.ir/article-1-2690-fa.html>
- Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem*. San Francisco, CA: Freeman
- Dehghani, Y., Golestaneh, S. M., & Zangouei, S. (2018). The effectiveness of emotion regulation training on academic burnout, social acceptance and affective control of students with learning disabilities. *Quarterly of Applied Psychology*, 12 (2), 163-182. <https://dorl.net/dor/20.1001.1.20084331.1397.12.2.1.7>
- دلاور، ع. (۱۴۰۱). روش تحقیق در روان‌شناسی و علوم تربیتی. نشر ویرایش دهقانی، ی.، گلستانه، س. م.، و زنگویی، س. (۱۳۹۷). اثربخشی آموزش تنظیم هیجان بر فرسودگی تحصیلی، پذیرش اجتماعی و عواطف دانش‌آموزان دچار ناتوانی یادگیری. فصلنامه روانشناسی کاربردی، ۱۲ (۲)، ۱۸۲-۱۶۳.
- <https://dorl.net/dor/20.1001.1.20084331.1397.12.2.1.7>
- صنعی‌آباد، س. ن. و عابدی، ا. (۱۳۹۸). اثربخشی برنامه آموزشی زود هنگام کوئین بر حرمت خود کودکان پیش دبستانی. فصلنامه سلامت روان، ۲ (۲)، ۱۶۷-۱۵۸.
- <http://childmentalhealth.ir/article-1-410-fa.html>
- طاهرپور کلاتری، م. و پورشافعی، ه. (۱۴۰۱). تأثیر آموزش به روش پرسش دو جانبه بر خود کارآمدی، عزت‌نفس و پیشرفت تحصیلی ریاضی دانش‌آموزان پایه ششم ابتدایی. آموزش پژوهی، ۸ (۳۱)، ۱۰-۲۲.
- https://researchbt.cfu.ac.ir/article_2404.html
- عطایی، ف.، احمدی، ع.، کیامنش، ع. ا. و سیف، ع. ا. (۱۳۹۹). اثربخشی آموزش مهارت جرأت‌ورزی بر افزایش انگیزش تحصیلی و کاهش اعتیاد به اینترنت دانش‌آموزان. فصلنامه علمی- پژوهشی خانواده و پژوهش، ۱۷ (۱)، ۲۱-۴۰.
- <http://qjfr.ir/article-1-1415-fa.html>
- علی‌پور، ف.، نجاتی، و.، دهرویه، ش.، مرادعلیان، ف.، و بدافی، ا. (۱۳۹۹). تنظیم شناختی هیجان و مشکلات رفتاری در کودکان ۷ تا ۱۲ سال با نارسایی ویژه در یادگیری ریاضی، خواندن و نوشتن. فصلنامه کودکان استثنایی، ۲۰ (۱)، ۸۷-۹۸.
- <http://joec.ir/article-1-1113-fa.html>
- محقق، م.، پورمحمدرضا تجریشی، م.، شهشهانی پور س.، مولی، گ. و واحدی، م. (۱۴۰۰). اثربخشی آموزش جرأت‌ورزی بر نشانه‌های

- Delavar, A. (2012). *Research method in psychology and educational sciences*. Tehran: virayesh Publications
- Einat, T. & Einat, A. (2015). To learn or not to learn - this is the question: Learning-disabled inmates' attitudes toward school, scholastic experiences, and the onset of criminal behavior. *The Prison Journal*, 95(4), 423. [DOI:10.1177/0032885515596509]
- Fathi E, Manshaei G, Hatami Varzaneh A, Asli Azad M, Farhadi T. (2016). The Effectiveness of Self-forgiveness group Training based on the Quran concepts on self-esteem of the adolescent boys. *J Pos Psychol*, 1(1), 93-106.
- Frieson, T. C., & Frieson, C. W. (1996). Relationship Between hope and self-esteem in Renal Transplant Recipients. *J Transpl Coord*, 6(1), 3-20. [DOI:10.7182/prtr.1.6.1.q52347756145h374]
- Garnefski, N., Kraaij, V., Spinhoven, P. CERQ: *Manual for the use of the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire*, Datec, Leiderdorp. The Netherlands 2002.
- Gabriely, R, Tarrasch, R, Velicki, M, Ovadia-Blechman, Z. (2020). The influence of mindfulness meditation on inattention and physiological markers of stress on students with learning disabilities and/or attention deficit hyperactivity disorder. *Research in Developmental Disabilities*, 100, 103630. [DOI:10.1016/j.ridd.2020.103630]
- Gullo, S., Gelo, O.C.G., Bassi, G., Lo Coco, G., Lagetto, G., Esposito, G., & Di Blasi, M. (2022). The role of emotion regulation and intolerance to uncertainty on the relationship between fear of COVID -19 and distress. *Current Psychology*, 25, 1 -12. [DOI:10.1007/s12144-022-03071-5]
- Haroon Rshidi, H., Kashizade, P., Kazemiyani Moghadam, K. (2020). Effectiveness of Emotion Regulation Training in Improving Self-Perception and Assertiveness of Students with Learning Disabilities. *JOEC*, 20 (3), 48-37. <http://joec.ir/article-1-1253-fa.html>
- Hojjat S, Sajedi M, Rezaei M, Noruzi khalili M, Rahimi A, Ein beigi E. (2017). The effect of Assertiveness skill training on self-esteem and loneliness of female students with addicted parents. *JNKUMS*, 8(4), 675-684. <http://journal.nkums.ac.ir/article-1-1049-fa.html>
- Iranmanesh, S. I., Sabet, M., Belyad, M., Tajeri, B. (2022). The Effectiveness of "Assertiveness and Effective Communication Skills" Training on Self-Esteem and Body Self-Relations in People with Chronic Skin Diseases. *JHPM*, 11(2), 84-97. <http://jhpm.ir/article-1-1322-fa.html>
- Kesler, S.H., & Booil Jo, N. (2011). A pilot study of an online cognitive rehabilitation program for executive function skills in children with cancer-related brain injury. *Brain Inj*, 25(1), 101-12. [DOI:10.3109/02699052.2010.536194]
- Li, D., Li, D., Wu, N., Wang, Z. (2019). Intergenerational transmission of emotion regulation through parents' reactions to children's negative emotions: Tests of unique, actor, partner, and mediating effects. *Child Youth Serv Rev*, 101, 113-122. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0190740918310806>
- Milligan, K., Badali, P., & Spiroiu, F. (2015). Using integra mindfulness martial arts to address self-regulation challenges in youth with learning disabilities: A qualitative exploration. *Journal of Child and Family Studies*, 24(3), 562-575. [DOI:10.1007/s10826-013-9868-1]
- Mohagheghi, M., Pourmohamadreza-Tajrishi, M., Shahshahanipour, S., Movallali, G., & Vahedi, M. (2021). The Effectiveness of Assertiveness Training on Anxiety Symptoms in School-Age Children with Specific Learning Disorder. *Jrehab*, 22(4), 408-429. <http://rehabilitationj.uswr.ac.ir/article-1-2918-fa.html>
- Nakamura, Y., Yoshinaga, N., Tanoue, H., Kato, K., Nakamura, S., Aoishi, K., & Shiraishi, Y. (2017). Development and evaluation of a modified brief assertiveness training for nurses in the workplace: a single-group feasibility study. *BMC Nursing*, 16(1), [DOI:10.1186/s12912-017-0224-4]
- Nazarpour Samsami, P., Mahdiani, Z., Ghasemzadeh, M., & Padervand, H. (2019). Comparison of the emotion regulation strategies and assertiveness in the students with and without specific learning disabilities. *MEJDS*, 20(9), 15-15. <http://jdisabilstud.org/article-1-962-fa.html>
- Rabiei, L., Eslami, A. A., Masoudi, R., Salahshoori, A. (2012). Assessing the Effectiveness of Assertiveness Program on Depression, Anxiety and Stress among High School Students. *HSR*, 8(5), 844-856. <http://hsr.mui.ac.ir/article-1-440-fa.html>
- Rezapour Mirsaleh, Y., esmailbeigi, M., & Delavari, M. (2018). Investigating the effectiveness of intervention based on acceptance and commitment in parent-child conflict resolution strategies in mothers of students with learning disabilities. *Journal of Learning Disabilities*, 7(3), 77-90. https://jld.uma.ac.ir/article_628.html?lang=en
- Saniei Abadeh, S., Abedi, A. (2019). The Effectiveness of Quinn's Early Childhood Education Program on the Self-esteem of Preschool Children. *J Child Ment Health*, 6(2), 158-167. <http://childmentalhealth.ir/article-1-410-fa.html>
- Seif, A. A. (2017). *Educational Psychology*, Tehran: Payam Noor University Publishing
- Soltani, M., & Dortaj, F. (2019). Comparison of social anxiety and self-esteem of witnesses and non-witnesses. *Journal of Excellence in counseling and psychotherapy*, 7(28), 19-29.
- Thompson, K., D'uso, D., Schwartzman, D., Dobson, K., & Drapeau, M. (2018). Changes in depressed patients' self-statements. *Psychother Res*, 30(2), 170-182. [DOI:10.1080/10503307.2018.1543976]
- Thümmel, R., Engel, E.M., & Bartz, J. (2022). Strengthening Emotional Development and Emotion Regulation in Childhood —As a Key Task in Early Childhood Education. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(7), 3978. [DOI:10.3390/ijerph19073978]
- Toffalini, E., Buono, S., & Cornoldi, C. (2022). The structure, profile, and diagnostic significance of intelligence in children with ADHD are impressively similar to those of children with a specific learning disorder. *Research in Developmental Disabilities*, 129, 1043-1046 [DOI:10.1016/j.ridd.2022.104306]