ORIGINAL ARTICLE

Effect of assertiveness training on homesickness in girls students

Fariba Tabe bordbar[1], Kazem Rasoolzadeh Tabatabaie[2], Parviz Azad Falah[3], Siamak Samani[3]

[1] Department of Psychology, Payam Noor University of Fars, Shiraz, Iran
[2] Department of Psychology, Tarbiat Modares University, Tehran, Iran
[3] Faculty of Psychology, Shiraz University, Shiraz, Iran

(Received 24 August, 2009 ; Accepted 13 January, 2010)

Abstract

Background and purpose: Homesickness is a complex cognitive, exciting and stimulating condition that comes into existence because of the individual's transition into a new environment and it seems to present the reduction of coping strategies. This research aims to study the effectiveness of the method of assertiveness training on homesickness of female university students.

Materials and methods: This was an interventional study pre and post test study. Among 249 female freshmen, 96 students were found to be suffering from homesickness among which 60 students were randomly selected and put in the intervention and control group. The information was gathered by Archer et al., homesickness questionnaire which involves 30 expressions, from 1 to 5 likert scale, and also by the researcher's own questionnaire which involves demographic information. The pre test data were gathered within the first 2 weeks of their arrival to the dormitory. The experimental group took part in 12 90-minute training sessions followed by evaluation 3 weeks after the initial testing. The data were analyzed according to Mann-Whihtney test.

Results: The pre- test data from the two groups showed no significant difference, however, with the presentation assertiveness training, the experimental group grades were significantly higher than control the group. Also, two factors of homesickness i.e., not-likening the university and strong attachment to their home did not show a difference in pre test, however, differences in post test were shown to be significant.

Conclusion: The results of the study show that assertiveness training can be effective in alleviating problems that come up after the transition of the individual into the university and their new environment.

Key words: Homesickness, female student, assertiveness, mental health

J Mazand Univ Med Sci 2009; 19(73): 28-33 (Persian).

Archive of SID

[Downloaded from jmums.mazums.ac.ir on 2026-11-10]

www.SID.ir

پژوهشی

مجله دانشگاه علوم پزشکی مازندران
دوره نوزدهم شماره ۷۳ آذر و دی سال ۱۳۸۸ (۳۳-۲۸)

بررسی اثربخشی آموزش ابراز وجود بر احساس غربت دانشجویان دختر

فریبا تابع بردبار [۱] کاظم رسول زاده طباطبایی [۲] پرویز آزاد فلاح [۳] سیامک سامانی [۳]

چکیده

سابقه و هدف : احساس غربت وضعیت پیچیده شناختی، انگیزشی و هیجانی بوده که در پی انتقال فرد به محیط جدید در وی به وجود می‌آید و بنظر می رسد با کاهش مهارت های جرأت ورزی همراه باشد. هدف از پژوهش حاضر تعیین اثربخشی آموزش ابراز وجود بر کاهش احساس غربت دانشجویان دختر بوده است.

مواد و روش ها : این مطالعه مداخله ای بصورت قبل و بعد همراه با گروه کنترل انجام شد. از ۲۴۹ دانشجوی دختر سال اول دانشگاه ۹۶ نفردچار احساس غربت تشخیص داده شدند که از میان آنان تعداد ۶۰ دانشجو به شیوه تصادفی ساده انتخاب و در گروه‌های مداخله و کنترل جای گرفتند. اطلاعات توسط پرسشنامه احساس غربت (ارچر و همکاران) که دارای ۳۰ عبارت، در مقیاس پنج درجه‌ای لیکرت ۱تا ۵ می باشد و همچنین توسط پرسشنامه محقق ساخته شامل اطلاعات دموگرافیک جمع آوری گردید. نمرات پیش آزمون در ۲ هفته اول ورود به خوابگاه جمع‌آوری گردید. افراد گروه مداخله در یک برنامه آموزشی ۹۰ دقیقه‌ای به مدت ۱۲ جلسه شرکت نمودند و نمرات پس آزمون در جلسه آخر آموزش تقریبا سه هفته پس از سنجش اولیه جمع‌آوری گردید. داده‌ها با آزمون من ویتنی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته ها : نمره احساس غربت دو گروه آزمایش و کنترل در پیش آزمون تفاوت معنی داری نداشت اما با ارائه روش جرات ورزی نمرات پس آزمون در گروه مداخله بطور معنی‌داری بیشتر از گروه کنترل بود. همچنین دو مولفه احساس غربت یعنی دلبستگی به خانه و ناراضی بودن از دانشگاه در مرحله پیش‌آزمون تفاوت معنی دار نداشت ولی پس از اجرای برنامه آموزشی هر دو مولفه در گروه مداخله بطور معنی‌داری بالاتر بود.

استنتاج : نتایج مطالعه نشان داد که آموزش ابراز وجود می‌تواند در کاهش مشکلاتی که بعد از انتقال فرد به محیط دانشگاه و خوابگاه به وجود می‌آید موثر باشد.

واژه‌های کلیدی: ابراز وجود، دانشجویان دختر، احساس غربت، سلامت روانی

مقدمه

زندگی دانشجویی شرایطی تازه بوده که برای دانشجویان جدیدالورود تنیدگی‌های خاص خود را به همراه دارد. دانشجویان، به‌خصوص‌دختران، با چالش‌های فرهنگی و تحصیلی بسیاری در خوابگاه‌ها روبه رو هستند.

مولف مسئول: فریبا تابع بردبار– شیراز: میدان معلم، اول همت جنوبی، ساختمان مرکزی دانشگاه جامع پیام نور استان فارس E-mail: yasaman72004@yahoo.com

۱. گروه روانشناسی، دانشگاه جامع پیام نور استان فارس

۲. گروه روانشناسی، دانشگاه تربیت مدرس تهران

۳. دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه شیراز

تاریخ دریافت : ۸۸/۶/۲ تاریخ ارجاع جهت اصلاحات : ۸۸/۷/۶ تاریخ تصویب : ۸۸/۱۰/۲۳

www.SID.ir

[Downloaded from jmums.mazums.ac.ir on 2026-11-10]

پذیرفتن نقش‌های جدید، تقاضاهای تحصیلی، مشکلات مالی، کاهش اعتمادبه‌نفس، احساس غربت، نقص در مهارت‌های مطالعه، کم جرأت بودن درهنگام تعاملات اجتماعی، اضطراب و تنش زیاد نمونه‌ای از این مشکلات می‌باشند. احساس غربت[1] وضعیت پیچیده شناختی، انگیزشی و هیجانی خاصی است، که با اشتغالات فراوان ذهنی در مورد محیط قبلی و تمایل به بازگشت به سمت‌آن همراهی دارد ومعمولا باخلق افسرده و نشانه‌های مختلف روان تنی تجربه می‌شود(۱). بر اساس گزارش انجمن سلامتی دانشجویان در آمریکا، ۲ هفته اول ورود به دانشگاه زمان بسیار بحرانی برای فرآیند سازگاری دانشجویان است. دانشجویانی که دچار احساس غربت می‌شوند نارضایتی بیشتری ازتحصیل در دانشگاه دارند و مشکلات تحصیلی و احتمال ترک تحصیل درآنان ۳ برابر جمعیت عادی می‌باشد(۳،۲). احساس غربت می‌تواند به کمبود روابط اطمینان بخش و احساس تنهایی منجر شود و زمینه‌ساز احتمال بروز اضطراب، افسردگی، مصرف مواد و الکل و حتی خودکشی باشد(۴).

بسیاری از محققان معتقدند بیشتر دانشجویانی که دچار احساس غربت می‌شوند در زمینه تعاملات اجتماعی به خصوص برقراری تماس و دریافت حمایت دچار ضعف بوده و با شیوه‌ای جرأتمندانه عمل نمی‌کنند(۶،۵). این دسته در هنگام مواجهه با عوامل تنش‌زا دچار تنش و اضطراب زیادی شده و قدرت تفکر و سازگاری را به شکل سازنده و مفید از دست می‌دهند و در نتیجه در محیط جدید بسیار منفعلانه عمل می‌کنند(۷). آموزش قاطعیت بر روی دانشجویان پرستاری نشان داد که این نوع آموزش می‌تواند موجب افزایش جرات ورزی و کاهش اضطراب گردد(۸).

جرأت ورز بودن، برقراری ارتباط و ایجاد مشارکت‌های تحصیلی و اجتماعی می‌تواند به سازگاری بهتر دانشجویان کمک نماید(۹،۷). دانشجویانی که احساس غربت بالاتری دارند، از مهارت‌های جرأت ورزی کمتری برخوردارند(۱۰،۵). افراد دارای جرأت ورزی ضعیف به جهت احساس ناکارآمدی در تعامل‌های بین فردی و محدودیت برقراری ارتباط، از منابع حمایت اجتماعی مناسب بهره‌مند نیستند(۱۱). ابراز وجود، کارکردی فردی است که به سازگاری در تعامل اجتماعی کمک می‌کند. کنش ناموفق در ابراز وجود، بر اضطراب، افسردگی و اختلالات شخصیتی می‌افزاید(۱۲). آموزش جرأت ورزی منجر به افزایش رفتارهای جرأت ورزانه و اعتماد به نفس دانشجویان شود(۱۴،۱۳).

بنابراین جرأت ورزی عملکردی است که دارای جنبه‌های شناختی، هیجانی و رفتاری است و نمایانگر توانمندی فرد در برخورد مؤثر با خواسته‌های محیطی می‌باشد. فردی که دارای جرأت ورزی مناسب است نه تنها در مواجهه با مشکلات و عوامل تنش‌زا رویارویی بهتری دارد، بلکه به جهت رفتار موفقیت‌آمیز در برخورد با این عوامل، ارزیابی شناختی مثبت‌تری از خود داشته و به تبع آن هیجان‌ها و عواطف مثبت‌تری را نیز تجربه می‌نماید(۱۵). به لحاظ جنسیت، میزان جرأت ورزی در بین زنان و مردان متفاوت می‌باشد چنانچه تحقیقات نشان می‌دهند میزان جرأت ورزی در میان مردان بیشتر از زنان است. هم چنین به لحاظ فرهنگی در تعاملات، زنان جوامع آسیایی میزان جرأت ورزی کمتری نسبت به زنان جوامع غربی از خود نشان می‌دهند(۱۷،۱۶).

با توجه به وجود نقائص در این گونه مهارت‌های ارتباطی هدف اصلی از پژوهش حاضر، ارزیابی نقش آموزش جرأت ورزی برکاهش احساس غربت دانشجویان بود که در همین راستا اثر این نوع آموزش بر دو مؤلفه احساس غربت یعنی دلبستگی به خانه و نارضایتی از دانشگاه نیز بررسی شد.

مواد و روش ها

مطالعه حاضر، طرح مداخله‌ای بصورت پیش آزمون و پس آزمون همراه با گروه شاهد بود. از ۲۴۹ دانشجوی

1. Homesickness

Archive of SID
[Downloaded from jmums.mazums.ac.ir on 2026-11-10]
www.SID.ir

دختر سال اول دانشگاه که به شیوه سرشماری پرسشنامه احساس غربت را پاسخ دادند و با توجه به ملاک ۱ انحراف معیار بالاتر از میانگین، ۹۶ نفردچار احساس غربت تشخیص داده شدند که از میان آنان تعداد ۶۰ دانشجو به شیوه تصادفی ساده انتخاب و در گروه‌های مداخله و کنترل جای گرفتند. در این طرح برای معادل کردن گروه‌ها و انتخاب گروه مداخله برای اعمال مداخله از روش جایگزینی تصادفی استفاده شد. ملاک ورود به تحقیق عبارت بود از: دانشجوی دختر سال اول، ساکن خوابگاه، ترم اول، مجرد، نمره احساس غربت ۱ انحراف بالاتر از میانگین جامعه، برخورداری از سلامت روانی و جسمانی بر اساس گزارش شخصی.

جهت سنجش احساس غربت از پرسشنامه احساس غربت که دارای ۳۰ عبارت، در مقیاس پنج درجه‌ای لیکرت ۱تا ۵ می‌باشد استفاده شد. تحلیل عاملی سؤالات، دو عامل، دلبستگی به خانه و نارضایتی از دانشگاه را متمایز کرده است(۱۸). بررسی روایی همزمان در نمونه ایرانی، به همراه پرسشنامهٔ سلامت عمومی[1] GHQ در یک نمونه ۴۰ نفری از دانشجویان جدیدالورود در هفتهٔ چهارم ورود به دانشگاه نشان داد که وضعیت افراد بر اساس مؤلفه‌های چهار گانه سلامت روانی با احساس غربت رابطه دارد(۱۹). در این پژوهش، ضریب اعتبار برای کل پرسشنامه از طریق باز آزمایی ۰/۷۵ ؛ آلفای کرونباخ جهت تعیین همسانی درونی ۰/۸ بدست آمده است. همچنین از پرسشنامه محقق ساخته که شامل اطلاعات دموگرافیک بود استفاده گردید.

نمرات پیش آزمون در ۲ هفته اول ورود به خوابگاه جمع‌آوری گردید. افراد شرکت کننده در برنامه آموزشی به شیوه‌ای تصادفی در گروه مداخله و کنترل قرار گرفتند و گروه مداخله در برنامه آموزشی ۹۰ دقیقه‌ای به مدت ۱۲ جلسه شرکت نمودند. نمرات پس آزمون در جلسه آخر آموزش تقریبا سه هفته پس از سنجش اولیه جمع‌آوری گردید. اساس آموزش مداخله، آموزش رویارویی موفق فرد در موقعیت‌های اجتماعی بود تا بتواند رفتارها، عقاید، احساسات و آرزوهای خود را بیان کند و از حقوق خود دفاع نمایند و به طور خلاصه شامل مراحلی چون شناخت پاسخ‌ها و واکنش‌های آزمودنی‌ها در موقعیت‌های مختلف و تشخیص الگوی غالب در آنان، زنده‌سازی تجربیات احساسی و عاطفی آنان در برخورد با موقعیت‌ها، تمایز بین رفتارهای پرخاشگرانه، فعل‌پذیر و رفتار جرات مندانه، آشنایی با حقوق فردی و بین فردی، تمرین ابراز مخالفت و ناخشنودی در برخی موقعیت‌ها، بیان جملات من، تمرین ابراز اظهارات شخصی در موقعیت‌های فرضی و مقابله با ترس‌های غیر منطقی، آموزش شیوه‌های تاثیرگذاری موفق بر دیگران و بهره‌مندی از تعامل، تحلیل رفتارها براساس نظریه سود و زیان، ارائه راه‌های بدیل در تعاملات، تصویر سازی‌های ذهنی، تنظیم رفتار جرات ورزانه و تکنیک شکست رکورد، بود. کلیه داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار SPSS و آزمون من ویتنی تجزیه و تحلیل گردید.

یافته ها

با توجه به تحلیل داده‌ها همان گونه که انتظار می‌رفت دانشجویان در بدو ورود دچار احساس غربت بودند و میانگین احساس غربت گروه نمونه برابر با ۹۷/۵ بوده است.

جدول شماره ۱: مقایسه احساس غربت گروه مداخله و کنترل در دو زمان قبل و بعد از مداخله

مرحله / گروه	پیش آزمون Mean Rank	پس آزمون Mean Rank
آزمایش	۲۸/۱۳	۲۱/۹۴
کنترل	۲۹/۷۳	۳۴/۹۲
p	۰/۷۱۸	۰/۰۰۰

با توجه به نتایج آزمون ارائه شده در جدول شماره ۱ و همان گونه که ملاحظه می‌گردد سطح نمرات احساس غربت دوگروه آزمایش و کنترل در پیش آزمون تفاوت

1. General Health Questionnaire (G.H.Q.)

Archive of SID
www.SID.ir
[Downloaded from jmums.mazums.ac.ir on 2026-11-10]

معناداری ندارند. اما با ارائه روش جرات ورزی در پس آزمون، نتایج آزمون حکایت از تفاوتی معنادار در میان دو گروه دارد (p=۰/۰۰۰).

برای دو مولفه احساس غربت یعنی دلبستگی به خانه و ناراضی بودن از دانشگاه تحلیل‌های فوق صورت گرفت که نتایج در جدول شماره ۲ آمده است.

جدول شماره ۲: مقایسه مولفه‌های احساس غربت گروه مداخله و کنترل قبل و بعد از مداخله

	دلبستگی به خانه		نارضایتی از دانشگاه	
مرحله / گروه	پیش آزمون Mean Rank	پس آزمون Mean Rank	پیش آزمون Mean Rank	پس آزمون Mean Rank
آزمایش	۲۷/۷۱	۲۴/۱۲	۲۶/۶۲	۲۲/۱۲
کنترل	۲۹/۱۸	۳۳/۱۰	۳۱	۳۴/۰۷
p	۰/۷۳۶	۰/۰۰۰	۰/۳۲	۰/۰۰۰

همان گونه که انتظار می‌رفت در هر دو مولفه در مرحله پیش‌آزمون تفاوت معنی دار نبود ولی در مرحله پس آزمون وپس از اجرای برنامه آموزشی در هر دو مولفه تفاوت‌ها معنادار بود(p=۰/۰۰۰).

بحث

با توجه به سطح نمرات احساس غربت در گروه نمونه، اکثریت دانشجویان در ۲ هفته اول ورود به دانشگاه سطوح بالایی از احساس غربت را تجربه می‌نمایند. همچنین بر اساس نتایج بدست آمده آموزش ابراز وجود منجر به کاهش میزان احساس غربت دانشجویان و در نتیجه افزایش سلامت روانی در پس آزمون گردیده است. و اختلاف نمره بین دو گروه مداخله و کنترل معنی‌دار بوده است. که این نتایج همسو با بسیاری از تحقیقات می‌باشد(۸-۵، ۲۰،۱۰). به طور کلی می‌توان گفت کمبود عزت نفس و کم جرأت بودن از ویژگی‌های افراد دارای احساس غربت است. این عدم اعتماد به خود در افراد دچار احساس غربت می‌تواند زمینه‌ساز تمایل به اجتناب از تماس‌های اجتماعی شود(۶). بر اساس تحقیقات انجام شده، دانشجویان دچار احساس غربت، علاوه بر داشتن میزان بالایی از افسردگی و اضطراب تمایل به انزوای شدید و دوری از اجتماع دارند و احساسات خود را بیان نمی‌کنند(۷-۴).

هم‌چنان که سایر بررسی‌ها نشان می‌دارند(۱۳۸) آموزش جرأت ورزی می‌تواند بر مشکلاتی که دارای جنبه‌های شناختی و رفتاری همانند اضطراب، افسردگی، هراس‌های اجتماعی و افزایش تعاملات اجتماعی هستند، اثرگذار باشد. اگر یکی از مشکلات افراد دچار احساس غربت را نقص در مهارت‌های اجتماعی به خصوص نقص در مهارت‌های برقراری ارتباط در محیط جدید درنظر گرفته شود، هم سو با Azais و همکاران (۱۹۹۹) می‌توان گفت که جرأت ورزی کارکردی فردی است که به سازگاری در تعاملات اجتماعی کمک می‌کند. کنش ناموفق در ابراز وجود به اضطراب، افسردگی و اختلالات شخصیت می‌انجامد. در واقع افزایش رفتار جرأت ورزانه از طریق افزایش اعتماد به نفس در محیط جدید می‌تواند ناسازگاری های دانشجویان به خصوص آنهایی که ریشه در نقص تعاملات در روابط اجتماعی دارند را کاهش دهد(۱۴). با توجه به این نقائص، برون ریزی احساسات و افکار و توجه به حقوق فردی و بین فردی در روابط که از طریق آموزش ابراز وجود حاصل می‌گردد، می‌تواند با افزایش اعتماد به نفس دانشجویان در موقعیت‌های پیش‌بینی نشده مثل مسائل ورود به دانشگاه، زمینه‌ساز افزایش تعاملات دانشگاهی و دسترسی آنان به حمایت‌های اجتماعی باشد که پی آمد آن تامین سلامت و سازگاری روانی دانشجویان است.

این پژوهش تلویحات نظری و کاربردهای عملی چندی به دنبال دارد. از تلویحات نظری می‌توان به تاثیر ایجاد بینش و تسهیل مهارت‌های سازش یافته در دانشجویان اشاره نمودکه احتمال رفتارهای ناسازگارانه را کاهش می‌دهد و این امر در بسیاری از نظریه‌های روان درمانی مورد تاکید بوده است. بنابراین ترکیبی از برنامه‌های روانی، آموزشی همراه با بسط شیوه‌های دسترسی به حمایت‌های اجتماعی و آموزش شیوه‌های

Archive of SID
[Downloaded from jmums.mazums.ac.ir on 2026-11-10]
www.SID.ir

مقابله، به طور موثری می‌تواند به کاهش احساس غربت در دانشجویان کمک نماید. در واقع برنامه آموزشی ارائه شده در این پژوهش دارای ابعاد سودمند و عناصری منطقی است که بسیارکاربردپذیر می‌باشد.

این نتایج ضرورت راه‌اندازی کلینیک‌های روان درمانی و ارایه خدمات روانشناختی گروهی توسط متخصصان به دانشجویان در بدو ورود رامورد تاکید قرار می‌دهد.

از محدودیت‌های این پژوهش می‌توان به عدم ارائه برنامه‌ای خاص جهت گروه کنترل و تک جنسیتی بودن آن اشاره کرد. اگر چه در تحقیقات گذشته تفاوت‌های جنسیتی معنی‌دار در این حیطه گزارش نشده است. اما پیشنهاد می‌شود که تحقیقات آینده بر روی سایر گروه‌ها همانند دانشجویان پسر، دانش‌آموزان خارج از کشور و مشاغل دیگر انجام گیرد.

References

1. Farhadi M. Study of relationship between attachment style and homesickness. Dissertation for M.A. Tehran Univ 2005 (Persian).
2. Abasiniya M. Study of assertiveness training and self steem on boy's student in ghome. Dissertation for M.A. Allame Tabatabaie Univ 2000 (Persian).
3. Adalf E, Glicksman L, Demers A. The prevalence of elevated psychological distress among Canadian undergraduates: findings from the 1998 Canadian campus survey (editorial)). J Am College Health 2001; 50: 67-72.
4. Archer J, Irland J, Amus S.L, Broad H, Currid L. Duration of Homesickness scale. British J Psychol 1998; 2(89): 205-221.
5. Azais F, Granger B, Debray Q, Ducroxi C.X. Cognitive and emotional approach to assertiveness. L'encephale 1991; 25(4): 353-357.
6. Benn L, Harvey J.E, Gilbert P, Irons C. Social rank, interpersonal trust and recall of parental rearing in relation to homesickness. Personality and individual differences 2005; 8(38): 1813-1822.
7. Burt C.D.B. Concentration and academic ability following transition to university: an investigation elderly men. Psychological Med 1993; (24): 411-421.
8. Charles H, Stewart M.A. Academic advising international student. J Multicultural Counseling and Development 1991; (19): 173-181.
9. Chen G.M. Communication adaptability an interaction involvements predictors of cross-cultural adjustment. Communication Reports 1992; (9): 33-41.
10. Hunt D.D, Carline J, Tonesk X, Yergan J. Types of problem students encountered by clinical teachers on clerkships. J Med Education 1989; (23): 14-18.
11. Lin B.C, Ployhart R.E. Transformational leadership: Relations to the Five- Factor Model and Team Performances in typical and maximum contexts. J Applied Psychology 2004; (89): 610-621.
12. Michi S, Abraham C. Health psychology in practice. UK: Blackwell Science, 2004.
13. Eureligs-Bontekoe E.H.M. Homesickness, personality and personality disorders: An overview and therapeutic considerations. In: M.L. van Tilburg & Ad.J.J.M. Vingerhoets (Ed), Psychological aspects of geographical moves: Homesickness and acculturation stress, Amesterdam: Amesterdam University Press, 2005.
14. Ogden J. Health Psychology. Spain: McGraw-Hill, 2004.

Archive of SID

[Downloaded from jmums.mazums.ac.ir on 2026-11-10]

www.SID.ir

15. Poyrazli S. Relation between assertiveness, academic self-efficacy and psychosocial adjustment among international graduate students. J College Student Development 2002; 6(42): 32-42.
16. Tavakoli Sh, Lumley Mark A, Hijaz Alaa M, Slavin-Spenny Olga M, Parris George P. Effect of assertiveness training and expressive writing of acculturative stress in international student. A randomized trial. J Counseling Psychology 2009; 56(4): 590-567.
17. Kegel K. Homesickness in international college students. Paper based on a program presented at the American counseling association annual conference and exposition, Charlotte North Carolina 2009; (3): 19-23.
18. Carr J.L, Koyama M, Thiagarajan M. A women's support group for Asian international students. J Am College 2003; 3(52): 131-134.
19. Rajapaksa S, Dundes L. It's a long way home: international student adjustment to living in the United States. College Student Retention 2002-2003; 1(4): 15-28.
20. Mahmodi A.Gh, Azimi H, Zarghami M. Effect of assertiveness training on anxiety and assertion in Nurse's student. J Mazand Med Sci 2005; 6(14): 66-72.

Archive of SID

[Downloaded from jmums.mazums.ac.ir on 2026-11-10]