

Antecedents and consequences of student's self-disclosure in schools

Abstract

Self-disclosure is the process by which a person reveals to another person about himself, his thoughts, feelings, aspirations, goals, failures, successes, fears, and dreams, which have a great impact on improving intimate relationships with others. The main question of the research is what is the place of self-disclosure in the sociological approach? The main hypothesis of the article is that self-disclosure in schools is rooted in sociological theories of social influence and social exchange, and various advantages and disadvantages have been attributed to self-disclosure. The child's personality and development and underlying factors such as expectation of role play a role in self-disclosure and self-disclosure leads to the promotion of friendships, increased empathy and promotion of learning and on the other hand risks such as not controlling privacy and not accepting self-disclosure. it has. Therefore, the need to teach students the principles of self-disclosure in schools is clearly felt. The research method in this article is descriptive-analytical and the data is collected in a library method.

Keywords: self-disclosure, students, intimacy, privacy

بررسی جامعه شناسی خودافشایی و پیشایندها و پیامدهای آن در دانش آموزان مدارس

شمسی سکوت

مریم اسلام پناه

فرانک موسوی

محمدجواد کرم افروز

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۰۶/۱۰

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۱۲/۲۰

چکیده

خود افشایی فرایندی است که طی آن شخص در مورد خود، افکار، احساسات، آرزوها، اهداف، شکست ها، موفقیت ها، ترس ها و رویاهایش برای شخص دیگری افشاگری میکند که در بهبود روابط صمیمانه با دیگران تاثیر بسزایی دارد. سؤال اصلی پژوهش این است که جایگاه خودافشایی در رویکرد جامعه شناسی چگونه است؟ فرضیه اصلی مقاله این است که خودافشایی در مدارس ریشه در نظریات جامعه شناختی نفوذ اجتماعی و تبادل اجتماعی دارد و مزایا و معایب مختلفی را از این حیث برای خودافشایی قائل شده اند. نتایج مطالعه نشان میدهد که دانش آموزان به دلیل عوامل درون فردی نظیر سن، شخصیت و رشد کودک و عوامل زمینه ای نظیر انتظار نقش به خود افشایی میپردازند و خود افشایی منجر به ارتقای روابط دوستانه، افزایش همدلی و ارتقای یادگیری میشود و از طرفی خطراتی همچون کنترل نکردن مرزهای حریم شخصی و عدم پذیرش در مقابل خود افشایی را با خود به همراه دارد. بنابر این لزوم آموزش اصول خود افشایی در مدارس به دانش آموزان به وضوح احساس میشود. روش تحقیق در این مقاله توصیفی تحلیلی است و داده ها به شیوه کتابخانه ای گردآوری شده است.

کلید واژه ها: خود افشایی، دانش آموزان، صمیمیت، حریم خصوصی

^۱ دانشجوی دکتری مدیریت آموزشی، گروه مدیریت آموزشی، واحد کرمانشاه، دانشگاه آزاد اسلامی، کرمانشاه، ایران.

^۲ استادیار گروه مدیریت آموزشی، واحد کرمانشاه، دانشگاه آزاد اسلامی، کرمانشاه، ایران (نویسنده مسئول).

eslampanahmary@gmail.com

^۳ استادیار گروه مدیریت آموزشی، واحد کرمانشاه، دانشگاه آزاد اسلامی، کرمانشاه، ایران.

frnkmosavi@yahoo.com

^۴ استادیار گروه مدیریت آموزشی، واحد کرمانشاه، دانشگاه آزاد اسلامی، کرمانشاه، ایران.

خود افشایی^۱ فرایندی است که "طی آن یک شخص اطلاعات مربوط به خود را به طور شفاهی برای شخص دیگری آشکار می کند". این اطلاعات می تواند توصیفی یا ارزشیابی باشد، و می تواند شامل افکار، احساسات، آرزوها، اهداف، شکست ها، موفقیت ها، ترس ها و رویاها، و همچنین مواردی مانند علاقه، دوست نداشتن و مورد علاقه فرد باشد. افشای خود، احساسات، افکار و تجربیات می تواند اطلاعاتی بصیرت آمیز در مورد فرد فراهم کند، تاثیرگذاری فرد را بیشتر کند، روابط اجتماعی را توسعه دهد و منجر به تسهیل فرایند درمان روانشناختی گردد. (Liu, Wang, Min, & Li, ۲۰۱۹: ۲۸۱). بررسی ها نشان می دهد افراد ابتدا حقایق و سپس احساسات را افشا می کنند و عمدتاً اطلاعات مثبت را در مراحل اولیه رابطه فاش می کنند. برخی برای باورند که افشای اطلاعات و پاسخ های متناظر آنها از طرف هم صحبت شان منجر به صمیمیت بین دوستان و شرکا می شود و این مبادلات در ارزیابی های کلی و مثبت از روابط زوجین نیز تاثیرگذار است. در حمایت از این نظریه، مطالعات نشان می دهد که دوستانی که میزان خودافشایی بیشتری را در گزارش های خود از تعاملات روزانه خود گزارش می دهند، همان افرادی هستند که افزایش میزان روابط دوستانه را گزارش می دهند. با این حال اهمیت افشاگری در یک رابطه ممکن است با گذشت زمان تغییر کند، زیرا به ویژه در ابتدای رابطه به عوامل مختلف، مانند میزان پاسخگویی و عشق بستگی دارد (Sprecher & Treger, ۲۰۱۵: ۶۶۰).

مطالعات نشان داده است که انسانها ۳۰-۴۰٪ از خروجی گفتار خود را صرفاً به بیان تجربیات ذهنی خود به دیگران اختصاص می دهند. افراد ارزش ذهنی بالایی را برای فرصت های انتقال افکار و احساسات خود به دیگران قائل هستند و این کار مکانیسم های عصبی و شناختی مرتبط با پاداش را درگیر می کند. تصویر برداری های مغزی نشان داده است که خودافشایی به شدت با افزایش فعال شدن سیستم دوپامینرژیک مزولیمبیک مغز، از جمله هسته اکومبنس^۲ و منطقه تگمنتال شکمی^۳ همراه است. علاوه بر این در مطالعات انجام شده، افراد در بسیاری از مواقع افشای خود را به دریافت پول ترجیح می دادند. در دو مطالعه نشان داده شد که این تأثیرات ناشی از ارزش مستقلی است که افراد برای خودافشایی و اشتراک اطلاعات با دیگران قائل بودند. روی هم رفته، این یافته ها حاکی از آن است که گرایش انسان به انتقال اطلاعات مربوط به تجربه شخصی ممکن است از ارزش ذاتی مرتبط با خودافشایی ناشی شود. (Diana I. Tamir & Jason P. Mitchell, ۲۰۱۲: ۸۰۳۲)

اگرچه خودافشایی به برآوردن نیازهای اساسی افراد برای ارتباط اجتماعی و پاداش های استراتژیک کمک می کند، اما همچنین خطرات آسیب پذیری و سوء استفاده از اطلاعات را برای شخص در پی دارد. این امر به ویژه در مدارس و با در نظر گرفتن سن این افراد حائز اهمیت است زیرا برخی از افراد هنگام خودافشایی از حد و حدود حریم خصوصی فراتر می روند که در این مواقع هیچ تضمینی برای استفاده دیگران از اطلاعاتی که فاش می کنند، وجود ندارد (Yang, Yao, Seering, & Kraut, ۲۰۱۹: ۲). بویژه اینکه در نظر داشته باشیم دانش آموزان در حساس ترین و آسیب پذیرترین دوره زندگی خود قرار دارند و سوء استفاده احتمالی از خودافشایی می تواند پیامدهای روانی و یا تأثیرات منفی بر نمرات تحصیلی آنها در پی داشته باشد. البته خودافشایی از جنبه های مختلف می تواند تأثیرات مثبتی نیز در پی داشته باشد که به همان نسبت به تکامل روانی و آموزش دانش آموزان کمک کند. بنابراین مسئله اصلی این مقاله این است که اولاً نشان دهد خودافشایی در چه متن و بستر تئوریکی قرار دارد و دوم پیامدهای

^۱ Self-disclosure

^۲ Nucleus Accumbens

^۳ Ventral Tegmental Area

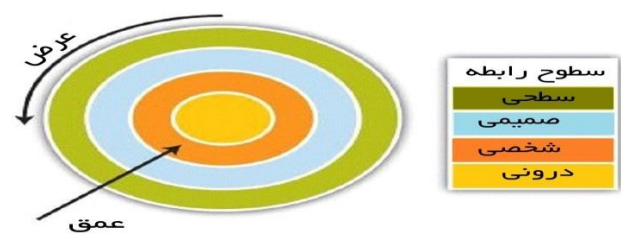
منفی و مثبت آن را مورد بررسی قرار دهد. بنابراین فرضیه اصلی مقاله این است که خودافشایی در مدرسه می تواند پیشایندها و پسایندهایی برای هر دو گروه دانش آموزان و معلمان در پی داشته باشد.

۱-چارچوب نظری

افراد بر اساس اینکه تا چه میزان خود را افشا کنند و وارد حریم خصوصی خود شوند رویکرد های متفاوتی اتخاذ میکنند. نظریه نفوذ اجتماعی^۴ که برای اولین بار توسط روانشناسان اروین آلتمن و دالماس تیلور در سال ۱۹۷۳ برای درک توسعه روابط بین افراد تنظیم شد، افراد را بصورت استعاره ای به عنوان پیازهایی توصیف می کند که دارای لایه های مختلف شخصیتی هستند و از لایه های سطحی به میانی و در نهایت هسته شخصیت حرکت می کنند. این دو اندیشمند ابتدا به رابطه به عنوان یک توسعه خطی بی وقفه در جهت و حرکت به سمت صراحت و صمیمیت بیشتر نگاه کردند. در سال ۱۹۸۷، آنها ضعف نظریه را پذیرفتند و ایده های خود را برای تنش بین استقلال و صمیمیت اصلاح کردند (Wood, ۲۰۱۰). نظریه مذکور بر این فرض استوار است که توسعه رابطه فردی، سیستماتیک و قابل پیش بینی است. با ایجاد صمیمیت، شرکای رابطه ای نه تنها پاداش ها و هزینه های رابطه را در یک لحظه معین ارزیابی می کنند بلکه از اطلاعاتی که جمع آوری کرده اند برای پیش بینی پاداش ها و هزینه ها در آینده استفاده می کنند.

وست و ترنر (۲۰۱۰) مسائل مربوط به وسعت و عمق را توسعه داده و از وسعت به عنوان تعداد موضوعات مختلف مورد بحث در یک رابطه یاد می کنند، در حالی که عمق به زمانی اختصاص می یابد که طرفین رابطه در ارتباط با این موضوعات مختلف صرف می کنند. با نزدیک شدن رابطه به صمیمیت، دو نفر می توانند انتظار داشته باشند که طیف وسیعی از موضوعات مورد بحث قرار گیرد (وسعت بیشتری)، که چندین مورد از آنها با عمق مشخص می شود. در نتیجه، وسعت و عمق، رابطه را به سمت نزدیکی بیشتر سوق می دهد، اما اگر افراد در مراحل اولیه رابطه بیش از حد خودافشایی کنند، در واقع ممکن است رابطه را پایان دهند. در حقیقت وست و ترنر معتقدند خود افشایی دو بعد دارد: عرض و عمق. هر دو در ایجاد یک رابطه کاملاً صمیمی بسیار مهم هستند. میزان خصوصی یا شخصی بودن اطلاعات فاش شده، عمق این افشاگری است. در ابتدای روابط بهتر است خصوصیات در دسترس تر و سطحی تر آشکار شوند. این اطلاعات شامل لایه های بیرونی شخصیت و زندگی روزمره، مانند شغل و تحصیلات است. لایه های عمیق تر شامل خاطرات دردناک و صفات غیرمعمول تری است که ممکن است فرد از به اشتراک گذاری آنها با دیگران پرهیز کند. افراد عمدتاً تنها این لایه ها را برای نزدیک ترین افراد زندگی خود نظیر همسر و دوستان بسیار صمیمی آشکار میکنند. با توسعه روابط، ارتباطات بین فردی از سطوح نسبتاً کم عمق و غیر صمیمی به سطوح عمیق تر و صمیمی تر منتقل می شود. (West & Turner, ۲۰۱۸:۳۶)

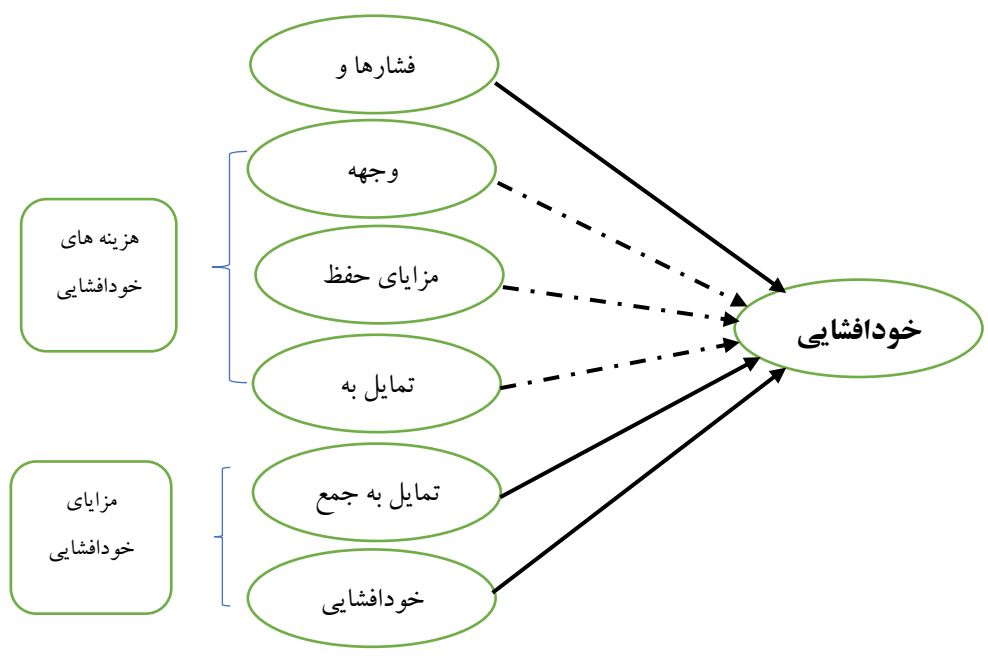
^۴ Social Penetration Theory



شکل ۱: خود افشایی بر مبنای نظریه نفوذ اجتماعی. منبع (West & Turner, ۲۰۱۸)

نظریه تبادل اجتماعی^۵ پیشنهاد می کند که رفتار اجتماعی و خودافشایی نتیجه یک فرایند مبادله است. هدف از این مبادله به حداکثر رساندن منافع و به حداقل رساندن هزینه ها است. طبق این نظریه ، که توسط جامعه شناسی به نام جورج هومنس ارائه شده است ، مردم مزایا و خطرات احتمالی روابط اجتماعی و خودافشایی شان در این روابط را ارزیابی می کنند. وقتی خطرات بیشتر از پاداش باشد ، افراد این رابطه را قطع یا رها می کنند. (Carpenter & Greene, ۲۰۱۵:۳).

شکل ۲: خود افشایی بر مبنای نظریه تبادل اجتماعی. (Liu, Min, Zhai, & Smyth, ۲۰۱۶)



۵ Social exchange theory

مدل پنجره جوهری خود افشایی دارای چهار پنجره است. اولین مورد، پنجره باز است که منطقه عمومی است و به ما اجازه می دهد با اراده افشا کنیم. اطلاعاتی مانند نام، شغل، باشگاه و سایر جزئیات سطحی درباره ما در اینجا فاش می شود. علاوه بر این، اکثر مردم برخی از علایق و اطلاعات خانوادگی شما را می دانند. این دانشی که پنجره ارائه می دهد، نه تنها می تواند شامل اطلاعات واقعی باشد، بلکه احساسات، انگیزه ها، رفتارها، خواسته ها، نیازها و آرزوها و غیره، هرگونه اطلاعاتی است که شما را توصیف می کند را می تواند دربرگیرد. هنگامی که برای اولین بار با یک فرد جدید ملاقات می کنید، اندازه دهانه این ربع اول چندان زیاد نیست، زیرا زمان کمی برای تبادل اطلاعات وجود دارد (Steinberg, ۲۰۰۷). پنجره پنهان دارای اطلاعاتی است که شخص ترجیح می دهد آن را برای دیگری فاش نکند. اینها شامل حقوق، مشکلات زناشویی، شکست ها، موفقیت ها و ترس ها می شود. علاوه بر آن، اطلاعات زیادی وجود دارد، تقریباً کل زندگی شما که هنوز برای دیگران فاش نشده است. به همان میزان که دیگران را می شناسید و به آنها اعتماد می کنید، در افشای جزئیات صمیمی تر در مورد خودتان احساس راحتی بیشتری خواهید کرد (Masaviru, ۲۰۱۶: ۴۴). پنجره کور دارای همه چیزهایی است که دیگران در مورد شما می دانند اما شما از آنها آگاه نیستید. پنجره ناشناخته حاوی اسرار است که برای هیچ کس شناخته نشده است. این منطقه ناشناخته است. اما این حوزه های اطلاعاتی مزایا و معایب خود افشاگری را تعیین می کند. فرایند بزرگ شدن ربع آزاد را خودافشایی می نامند، یک فرایند دادن و گرفتن بین افراد و افرادی که با آنها تعامل دارند. به طور معمول، وقتی شما در مورد خود چیزی به اشتراک بگذارید (انتقال اطلاعات از ربع پنهان به فضای باز) و اگر طرف مقابل علاقه مند به شناخت شما باشد، با افشای اطلاعات مشابه در ربع پنهان خود، کنشگری متقابل صورت می گیرد. خودافشایی منطقه مخفی را کاهش می دهد و این امر نیز به نوبه حوزه کور را و در یک فرایند برهمکنش متقابل منطقه ناشناخته را کم رنگ می سازند (Chapman, ۲۰۰۳).

۲- روش تحقیق

پژوهش حاضر از نظر هدف (کاربردی) از نظر ماهیت (مطالعه اکتشافی) از نظر کاربرد (تصمیم گرا) و از دیدگاه پارادایمی (کیفی) است. روش تحقیق مطالعه حاضر از نوع توصیفی-تحلیلی است و گردآوری داده ها به شکل کتابخانه ای از منابع مختلف اینترنتی و غیر اینترنتی و به روش فیش برداری انجام شده است.

۳- یافته های تحقیق

۳-۱ خود افشایی در مدارس

خود افشایی در محیط مدرسه در مطالعات مختلف به دو صورت مورد بررسی قرار گرفته است

- خود افشایی معلمان
- خود افشایی دانش آموزان

۳-۱-۱ خود افشایی معلمان در مدارس

خودافشایی معلمان زمانی اتفاق می افتد که معلمان به طور عمدی یا ناخواسته اطلاعات مربوط به خود در مورد تحصیلات، تجربه، خانواده، دوستان و همکاران، عقاید، فعالیتهای اوقات فراغت و مشکلات شخصی شان را برای دانش آموزان آشکار می کنند. خود

افشایی معلم ممکن است به صورت رو در رو یا واسطه ای مانند ایمیل یا در شبکه های اجتماعی رخ دهد. تحقیقات نشان داده است که یک رابطه سازگار بین خودافشایی معلمان، یادگیری دانش آموزان و اثربخشی کلی معلمان وجود دارد. نوسبام و اسکات^۶ (۱۹۷۹) استدلال کردند که ارتباط بین فردی در کلاس بر برقراری ارتباط معلم و دانش آموز موثر است. آنها دریافتند که دانش آموزان افشاگری معلمان را به صورت عمدی/ غیر عمدی، سرگرمی/ خود خواهانه، پرخطر/ ایمن و مرتبط/ غیرمرتبط با دروس ارزیابی می کنند. (Waldeck, ۲۰۰۸: ۲۳) خود افشایی مسئله مهمی است که باید در حوزه آموزش مورد توجه قرار گیرد. روش های مختلفی که می تواند بر بهبود روابط معلم شاگردی تأثیر بگذارد، پویایی جدید و مهمی به کلاس درس می افزاید. افزایش آگاهی دانش آموزان از هم و آگاهی بین معلم و دانش آموزان باعث بهبود روابط و ارتقای سطح آموزشی و پرورشی میشود. (Safaei & Shahrokhi, ۲۰۱۹: ۲۲)

محققان تاکنون در مطالعات مختلف، رابطه بین درک دانش آموزان از خودافشایی معلم و نتایج آموزشی را مطالعه کردند. به عنوان مثال، اسکات و نوسبام (۱۹۸۱) گزارش کردند که ادراک دانش آموزان از صداقت مدرسان در خودافشایی، با برداشت آنها از سبک معلم و شایستگی او و ارزیابی کلی دانشجویان از اثربخشی معلمان بسیار مرتبط است. در یک مطالعه دیگر، سورنسن (۱۹۸۹) رابطه مثبتی بین خودافشایی معلم و درک دانش آموز از یادگیری عاطفی یافت. (Waldeck, ۲۰۰۸: ۲۹). دیدگاه آلن (۱۹۹۵) در مورد خودافشایی توسط نظریه فمینیستی هدایت می شود. او استدلال می کند که خودافشایی به دانشجویان، به ویژه آنهایی که از جمعیت های گوناگون و حاشیه نشین هستند، کمک می کند تا ذهنیت های مختلف را حول محور یک موضوع سرگرم کند. نقش مربی این است که با دانش آموزان صادق باشد. آلن می نویسد، "زندگی معلم به همان اندازه محتوای آموزش داده شده و فرایند مورد استفاده برای تسهیل یادگیری در دانش ارتباطات مهم است" (Allen, ۱۹۹۵: ۱۴۲). کین^۷ (۱۹۹۶) با تکرار نظرات آلن (۱۹۹۵) اظهار داشت که "افشای اطلاعات شخصی توسط مربیان می تواند قسمت مهمی از این کار حرفه ای و سیاسی باشد"، و محتوای دوره را به زمینه های اجتماعی و سیاسی گسترده تری پیوند می دهد. موضوعات مربوط به عدم توازن قدرت، رابطه بین اقدامات شخصی و سیاسی و ستم در رابطه با این خودافشایی مطرح می شود. کین این ایده را مطرح می کند که افشاگری خود توسط مربی می تواند اختلاف قدرت و وضعیت بین مربی و دانشجو را کاهش دهد و می تواند محیطی را پرورش دهد که در آن دانش آموزان تمایل بیشتری برای خطر افشای خود داشته باشند. (Rasmussen & Mishna, ۲۰۰۸: ۱۹۳)

میزان صمیمیت در کلاس با توجه به نگرش و رفتار کسانی که در آن شرکت می کنند تعیین می شود. معلم اغلب قدرتمندترین نقش را در هدایت کلاس و نحوه تعامل و ارتباط اعضای کلاس بر عهده دارد. عمل خودافشایی در تعاملات بین معلمان و دانش آموزان بر فضای کلاس و نحوه عملکرد افراد در آن فضا تأثیر دارد. تصمیم برای افزایش و کاهش خود افشایی به عنوان یک معلم فواید و چالش های بسیاری دارد. (Safaei & Shahrokhi, ۲۰۱۹: ۱۸)

• نتایج مثبت خودافشایی معلمان

وقتی معلم و دانش آموزان درگیر خود افشاگری می شوند، کانال جدیدی از ارتباط را در کلاس باز میکنند. وقتی معلم اطلاعات بیشتری راجع به خود و زندگی شخصی خود با آنها به اشتراک می گذارد، دانش آموزان شروع به دیدن جنبه جدیدی از معلم خود میکنند که چیزی فراتر از شخصی است که روزانه جلوی کلاس درس می ایستد. معلم به عنوان یک فرد واقعی با مشکلات و

^۶ Nussbaum and Scott

^۷ Cain

مبارزات خاص خود در زندگی دیده می شود. این رفتار اجازه می دهد تا معلم نسبت به دانش آموزان ارتباط پذیرتر به نظر برسد که باعث ارتباط بهتر دانش آموزان با معلم می شود. البته اطلاعات به اشتراک گذاشته شده باید با سطح کلاس مناسب و مرتبط باشد. یک معلم ممکن است برای برقراری ارتباط با مخاطبان خاصی در کلاس، با استفاده از مثالی از زندگی خود از تصویر مفهومی استفاده کند. این ارتباطات با معلم روابط سازنده تری را ایجاد میکنند (Safaei & Shahrokhi, ۲۰۱۹: ۲۵) زمانی که معلم شروع به خودافشایی کند، دانش آموزان نیز تمایل بیشتری برای مشارکت در مباحث خودافشایی پیدا میکنند. معلم میتواند دانش آموزان را راهنمایی کند تا بفهمند چه اطلاعاتی مناسب به اشتراک گذاشتن در گفتارهای عمومی است. از آنجا که دانش آموزان با معلم احساس راحتی می کنند و شروع به اشتراک گذاری بیشتر اطلاعات در مورد زندگی خود می کنند، محیط کلاس رفاقتی و دوستانه میشود. با درک کردن افراد در کلاس در سطح عمیق تر می توان فرصت هایی را برای حمایت از افراد درگیر و مشکل دار ایجاد کرد. معلم بهتر می تواند درک کند که دانش آموزان چه کسانی هستند، با چه مشکلی دست و پنجه نرم می کنند، نقاط قوت آنها چیست و برای موفقیت به چه چیزهایی نیاز دارند. خودافشاگری دانش آموزان به معلم این امکان را می دهد تا بر اساس نیازهای فردی دانش آموزان، آنان را به بهترین شکل پشتیبانی کند و بنابراین آموزش بهتری ارائه می دهد. (Tobin, ۲۰۰۹: ۲۰۲)

مک کارتی و اشمک (۱۹۸۲) آزمایشی را با ۳۲ دانشجوی دختر و پسر در مقطع کارشناسی برای بررسی خود افشایی معلمان در دوره های روانشناسی انجام دادند. یافته ها نشان داد که خودافشایی معلم بر یادآوری مطالب کلاس توسط دانش آموزان تأثیر مثبت می گذارد. دانش آموزان دختر معلم خود افشاگر را به طور قابل توجهی جذاب تر و قابل اعتمادتر از دانش آموزان پسر ارزیابی کردند. بعلاوه، داووز، جاویدی و نوسبام (۱۹۸۸) دریافتند که خودافشایی با یادگیری احساسی و اثربخشی آموزش ارتباط دارد. دیرو (۱۹۹۴) کشف کرد که چگونه معلمان متوسطه روابط خوبی با دانش آموزان خود برقرار می کنند. او با دو معلم مصاحبه کرد و کلاسهای آنها را مشاهده کرد و متوجه شد، خود افشاگری باعث رشد اجتماعی و عاطفی دانش آموزان می شود. به نظر می رسد خودافشایی مهارت لازم برای معلمان برای ایجاد رابطه با دانش آموزان است و ممکن است در بهبود محیط کلاس کمک کند. (Ayako, ۲۰۰۸: ۶۴) با توجه به رابطه اثبات شده بین افشاگری معلم و نتایج مربوط به یادگیری دانش آموز، هاوسک و تامپسون (۲۰۰۹) تصمیمات مربیان را در مورد خودافشایی در روابط خود با دانش آموزان بررسی کردند. آنها دریافتند که مربیان برای مدیریت حریم خصوصی شان از معیارهای خاصی مانند ارتباط افشای اطلاعات با محتوای دوره، ریسک پذیری افشاگری و نیاز به مرزهای مشخص بین معلمان و دانش آموزان به عنوان یک چارچوب نظری استفاده می کنند (Tobin, ۲۰۰۹: ۲۰۵)

• نتایج منفی خود افشایی معلمان

با اجرای خودافشایی در کلاس، مجموعه ای از پیامدها و چالش های منفی نیز به وجود می آید. زمانی که معلم در مورد زندگی شخصی خود با دانش آموزان گفت و گو میکند، ممکن است آنها با استاد بیش از حد راحت شوند. این می تواند منجر به عدم احترام به معلم یا ناتوانی در برقراری روابط با برتری مناسب معلم شود. خود افشاگری ممکن است مرزبندی های نقش بین دانش آموز و معلم را محو کند، که می تواند قدرتی را که معلم برای حفظ نقش خود در کلاس و داشتن شخصیت موثر نیاز دارد، مختل کند. (Cayanus & Martin, ۲۰۰۸: ۳۳۰) علاوه بر این ممکن است همه دانش آموزان با روش آموزش خود افشایی موجود در کلاس ارتباط برقرار نکنند. برخی از دانشجویان ممکن است تمایلی به شرکت در این محیط و مباحث نداشته باشند که این امر باعث می شود با کلاس احساس بیگانگی کنند. بنابر این خود افشاگری توسط معلم باید مورد توجه عمیق قرار گیرد تا تدریس و آموزش که هدف اصلی است قربانی روابط نشود.

هنگامی که دانش آموزان شروع به اشتراک گذاری اطلاعات با معلم خود می کنند، مشکلاتی نیز به وجود می آید. زمانیکه دانش آموز با معلم شروع به برقراری روابط باز میکند و اسرار خود را فاش مینماید، این احتمال وجود دارد که دانش آموز اطلاعاتی را با او به اشتراک بگذارد که نشانگر یک خطر قریب الوقوع برای دانش آموز است. در این شرایط افشای اطلاعات توسط معلم با اولیای مدرسه و والدین دانش آموز، اگر چه میتواند به نفع دانش آموز باشد و از وقوع خطر پیشگیری کند، احتمالاً اعتمادی را که معلم در دل دانش آموز ایجاد کرده است از بین می برد و در نهایت به رابطه آنها آسیب می رساند. این رابطه آسیب زا می تواند بر توانایی دانش آموزان برای یادگیری در کلاس تأثیر منفی بگذارد (Cyanus & Martin, ۲۰۰۸:۳۳۱) افشاگری بیش از حد معلم و بحث درباره برخی موضوعات شخصی ممکن است تأثیر منفی بر نتایج یادگیری داشته باشد. گاهی برخی معلمان وقت کلاس را میگیرند و از موضوع بحث دور میشوند و به جای آن به بیان احساسات، نگرش ها، خاطرات، تجربیات و ... خود میپردازند که میتواند در روند یادگیری دانش آموزان مخرب باشد. از طرفی معلمانی که فقط به افشای اطلاعات مثبت در مورد خود میپردازند، ممکن است خود شیفته و یا فرومایه جلوه کنند که برقراری ارتباط با دانش آموزان را دچار مشکل میکند. دانش آموزان اعتبار و احترام بیشتری به مربیانی قائل هستند که افشاگری آنها مربوط به مطالب درسی یا تجربیات دانش آموزان باشد یا بر تشابه و برابری معلم و دانشجو تأکید ورزد (Cyanus & Martin, ۲۰۰۸: ۳۳۱) علاوه بر این گاهی برقراری ارتباط باز با دانش آموزان باعث میشود آنها زمان و شرایط مناسب برای گفت و گو را در نظر نگیرند به طور مثال خارج از وقت اداری با معلم در تماس بوده و مزاحمت هایی برای زندگی شخصی او به وجود بیاورند (Downs, Javidi, & Nussbaum, ۱۹۸۸:۱۲۷)

۲-۳ خود افشایی دانش آموزان

دوستی های صمیمی در دوران کودکی و نوجوانی علی الخصوص در مدارس نقش مهمی در رشد روانی کلی فرد دارد هاویگورست^۸ (۱۹۵۳) یکی از وظایف رشد را در دوران نوجوانی ایجاد دوستی خوب با دوستان هم سن توصیف کرد. مفاهیم دوستی به صمیمیت، وفاداری و ارزشها و نگرشهای مشترک اهمیت بیشتری می دهند. اشتاینبرگ^۹ (۱۹۹۸) معتقد است هرچه نیازهای نوجوانان برای صمیمیت افزایش یابد، ممکن است تأکید آنها بر صمیمیت به عنوان یکی از مولفه های مهم دوستی نیز افزایش یابد. برناتد و پری^{۱۰} (۱۹۹۰) نشان دادند که اهمیت صمیمیت به عنوان یکی از ویژگی های تعیین کننده دوستی همچنان در اوایل و اواسط بلوغ افزایش می یابد. در دوران نوجوانی میانی (بین سنین ۱۳ تا ۱۵ سال)، به ویژه برای دختران، نگرانی در مورد وفاداری و اضطراب در مورد طرد شدن بیشتر می شود و ممکن است که طور موقت نگرانی و میزان خودافشایی را تحت الشعاع قرار دهد. (Matsushima & Shiomi, ۲۰۰۲: ۵۱۶-۵۱۷)

دوستان و افراد رازدار قابل اطمینان، احساس آرامش خاطر و حمایت زیادی برای نوجوانان به ارمغان می آورند. روابط نزدیک برای افراد در هر سنی علی الخصوص نوجوانی بسیار مهم است. فر^{۱۱} (۲۰۰۰) اظهار میدارد که خودافشایی عامل دوگانه ای است که تعیین می کند دوستی ایجاد شود یا خیر. طبق نظریه نفوذ اجتماعی (آلتمن و تیلور، ۱۹۷۳)، هنگامی که برای اولین بار کسی را ملاقات می کنیم شروع به خود افشایی در مرتبه سطحی میکنیم. برای اینکه رابطه برقرار شود، هر شخص باید صمیمیت افشاگری خود را افزایش دهد، هم از نظر وسعت (بحث در مورد موضوعات متنوع) و هم از نظر عمق (موضوعات شخصی تر). به عنوان

^۸ Havighurst

^۹ Steinberg

^{۱۰} Berndt and Perry

^{۱۱} Fehr

مهمترین عامل در مورد توسعه دوستی نزدیک، بسیاری از مطالعات بر نقش خود افشایی تأکید کرده اند. به ویژه در دوره نوجوانی، توسعه صمیمیت به توسعه دوستی اشاره دارد که با افشاگری خود، اعتماد و نگرانی مشخص می شود. ماتسوشیما و شیومی (۲۰۰۲) دریافتند دانش آموزانی که در مورد جنبه های درونی خودشان اطلاعاتی ندارند، احساس تنهایی می کنند و به شدت احساس می کنند نمی توانند با دوستانشان کنار بیایند. علاوه بر این، برای کاهش هرچه بیشتر تنهایی نوجوانان، ایجاد دوستی خوب برای آنها مهم است تا بتوانند آشکارا خود را فاش کنند. همچنین نشان داده شده است که دختران در هر سنی اطلاعات صمیمی تری نسبت به پسران فاش می کنند و تعداد خود افشایی های کودکان با بالا رفتن سن افزایش می یابد. (Rotenberg & Chase, ۱۹۹۲: ۷۹)

۱-۲-۱-۳ پیشایندهای خود افشایی دانش آموزان در مدارس

مطالعات اولیه دو عامل متمایز را به عنوان پیشایندهای خود افشایی در کودکان و نوجوانان متذکر می شوند.

• عوامل درون فردی

اولین فاکتورها عوامل درون فردی هستند، عواملی که ذهن کودک را درگیر می کند و باعث می شود آنها به روابط اجتماعی احتیاج داشته باشند. رشد بیولوژیکی، فشارهای فرهنگی و اجتماعی و بلوغ فردی در این مسئله نقش تعیین کننده دارد، بنابراین سن، شخصیت و رشد کودک در سطح خود افشایی کودکان و نوجوانان تأثیر دارد. (Munir, Leka, & Griffiths, ۲۰۰۵: ۱۳۹۹)

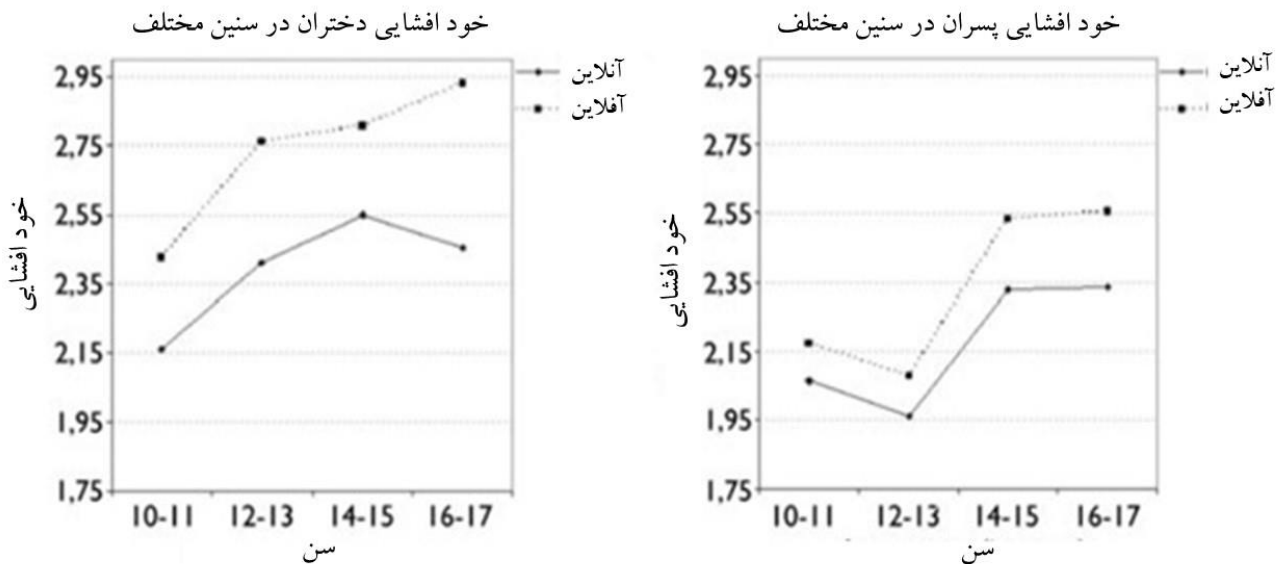
عمل متقابل در خود افشایی کودکان و نوجوانان اغلب در درون روابط دوستی آنان بررسی می شود و تأثیر مهمی در برقراری روابط نزدیک در این سنین دارد. مطالعات نشان داده است که درک کودکان از دوستی شامل اشتراک اسرار با شخص دیگری است. این تبادل متقابل اسرار مشترک می تواند به نوعی یک هنجار متقابل باشد که در آن افراد به دلیل هنجاری بودن خود افشایی به آن می پردازند. بر اساس پژوهش های موجود، نشان داده شده است که این هنجار متقابل برای کودکان در کلاس ششم شروع می شود زمانی که از توانایی شناختی برای در نظر گرفتن دیدگاه شخص دیگری برخوردار میشوند. دانش آموزان کلاس ششم قادرند هنجار متقابل را درک کنند زیرا متوجه می شوند که روابط بین دو نفر به همکاری و تبادل اسرار متقابل نیاز دارند. در این زمان آنها قادر به درک دیدگاه های شخص سوم هستند که به آنها امکان می دهد دوستی ها را به عنوان یک رابطه منظم سیستماتیک مشاهده کنند. (Munir et al., ۲۰۰۵: ۱۳۹۸)

همچنین پژوهشگران بیان میکنند که کودکان در کلاس ششم عمل متقابل برابر^{۱۲} را درک می کنند. عمل متقابل برابر مستلزم تطبیق سطح صمیمیت با یک دوست است، بنابراین، یک افشای صمیمیت بالا با یک افشای به همان اندازه آشکار مطابقت دارد در حالی که افشایی با صمیمیت کم با افشای اطلاعات کم مطابقت دارد. نوع دیگر عمل متقابل، عمل متقابل متغیر^{۱۳} است، در این صورت اگر فردی به جای ارتباط با یک نفر که خود افشایی نمیکند با فردی ارتباط برقرار کند که خود افشایی میکند، رابطه شکل گرفته صمیمی تر خواهد بود. عمل متقابل برابر با سطح صمیمیت مطابقت دارد در حالی که عمل متقابل متغیر تنها به این می پردازد که آیا طرف مقابل به افشای اطلاعات پرداخته است یا خیر. مطالعات نشان داده است که عمل متقابل متغیر از کلاس چهارم آغاز می شود. (Rotenberg et al , ۱۹۹۲: ۷۶)

^{۱۲} equivalent reciprocity

^{۱۳} covariant reciprocity

بر اساس بررسی های انجام شده میزان خود افشایی ها به مرور با افزایش سن بیشتر میشود و نوجوانان سنین اواخر دبیرستان در بین دختران و پسران بالاترین میزان خود افشایی را دارند که این موضوع به صورت چه به صورت آنلاین و آفلاین روند رشدی و صعودی را طی میکند (Valkenburg, Sumter, & Peter, ۲۰۱۱: ۲۵۴)



شکل ۳: تغییر میزان خود افشایی با افزایش سن در نوجوانان پسر و دختر (منبع: Valkenburg, Sumter, & Peter, ۲۰۱۱)

۲-۲-۳ عوامل زمینه ای

به مجموعه دوم عوامل، عوامل زمینه ای گفته می شود که شامل فرصت ها و موقعیت هایی است که فرد باید در برخورد با آنها و برای افزایش سازگاری به خود افشایی بپردازد. بنابراین، اینها مستقیماً با هدف خود افشایی و اهداف طرف مقابل ارتباط دارند (Munir et al., ۲۰۰۵: ۱۴۰۲)

با توجه به اینکه دانش آموزان ساعت های متممادی و طولانی و در طی سال با یکدیگر در یک محیط قرار میگیرند، احساس صمیمیت بالایی با هم پیدا میکنند که باعث افزایش خود افشایی میگردد. مطالعات نشان داده است که حضور در یک مکان و به مدت طولانی به نحو معناداری میزان خود افشایی را در افراد بالا میبرد.

علاوه بر این، هنگامی که افراد با یک حلقه اجتماعی خاص ارتباط برقرار می کنند، نقش های به دست آمده می توانند به افراد کمک کنند تا تصمیم بگیرند که در بعضی از زمینه ها چگونه رفتار کنند. نقش به عنوان درکی که مردم از خود در هنگام تعامل با گروه خاصی در یک محیط خاص دارند تعریف می شود. به عبارت دیگر، هر نقش مجموعه خاصی از انتظارات را از مردم دارد که باید دنبال کنند. بنابراین تعارض نقش به عنوان درجه ای از ناسازگاری و ادراک ناسازگاری در انتظارات نقش های مختلف،

تعریف می شود. خود افشایی در یک اجتماع دوستانه دانش آموزی جزو نقش های افراد در این شبکه ها تعریف شده است، بنابراین، افشای اطلاعات شخصی اولیه برای همکلاسی ها، معلمان و علی الخصوص دوست صمیمی در جهت ایجاد دوستی، جلب توجه و دریافت نظرات جزو اصول اولیه حضور در این جمع هاست که نقض آن به نوعی ناسازگار تلقی میشود (Liu et al., ۲۰۱۹:۳۱۴). خود افشایی در دوران نوجوانی به عنوان یک هنجار و ارزش شناخته میشود. نوجوانان انتظار دارند دوست صمیمی شان راجع به ابعاد مختلف زندگی خود با آنها صحبت کند و در مقابل کسی که به افشای خود میپردازد احساس وظیفه برای عمل متقابل دارند. در این سنین رازداری از اولویت های دوستی شناخته میشود و شخص موظف است اسرار حریم شخصی دوست خود را نزد خود حفظ کند. در دوره نوجوانی همسالان گاهی خیلی بیرحمانه رفتار میکنند، "به محض این که با قواعد مخالفت کنی و یا در انجام برنامه ها همراه نباشی ممکن است از لیست دوستان خط بخوری!" دوستان اهمیت زیادی در زندگی نوجوانان دارند و آموختن معاشرت با دیگران بخشی از رشد طبیعی آنان است. افشاگری همچنین با افزایش اندازه گروه تغییر می کند. افراد در نوجوانی ترجیح میدهند گروههای دو-سه نفره تشکیل دهند. مطالعات نشان داده است افراد تمایل بیشتری به افشای اطلاعات در گروه های دو نفره دارند تا در گروه های بزرگتر. (solano etal, ۱۹۸۵:۱۸۶)

۳-۱-۲-۳ پیامد های خود افشایی دانش آموزان در مدارس

برای ایجاد دوستی نزدیک، بسیاری از مطالعات بر نقش خودافشایی به عنوان مهمترین عامل تأکید کرده اند. به ویژه در دوره نوجوانی، توسعه صمیمیت به توسعه دوستی بستگی دارد که با افشاگری خود، اعتماد و نگرانی مشخص می شود ماتسوشیما و شیومی (۲۰۰۱) دریافتند افرادی که در مورد جنبه های درونی خودشان اطلاعاتی ندارند، احساس تنهایی می کنند و به شدت احساس می کنند نمی توانند با دوستانشان کنار بیایند. علاوه بر این، برای کاهش احساس تنهایی نوجوانان لازم است، دوستی های صمیمی ایجاد شود تا بتوانند آشکارا خود را فاش کنند. پژوهشگران تاکنون به این نتیجه رسیده اند که خودافشایی وسعت دوستی را افزایش میدهد. نوجوانانی که با دوستانشان ارتباط برقرار می کنند و در آن به خود افشایی میپردازند از مهارتهای اجتماعی بالاتری برخوردارند، از نظر اجتماعی رفتار مناسبی دارند و با جامعه سازگار هستند. برای جوانان امروز، داشتن دوستی ممکن است با سازگاری آنها در جامعه یا مدرسه ارتباط داشته باشد. با اینحال گاه به برخی از معایب خود افشایی نیز در مطالعات پرداخته شده است که توجه به آن و بررسی آن بسیار لازم و ضروری است (Matsushima & Shiomi, ۲۰۰۲: ۵۱۶)

• مزایای خود افشایی در دانش آموزان

بر اساس مطالعات و بررسی های مختلف مهمترین مزایای خود افشای برای دانش آموزان عبارتند از (Hill & Knox, ۲۰۰۱: ۴۱۵):

- روابط دوستانه و صمیمی را بین دانش آموزان و بین معلم و دانش آموزان تقویت میکند
- افشای اطلاعات شخصی به صورت صادقانه، قابلیت اعتماد به شخص را افزایش میدهد و باعث میشود سایر دانش آموزان به او اعتماد کرده و او را فرد صادقی ببیند
- به دانش آموزان فرصت میدهد تا تصمیم بگیرند کدامیک از ویژگی های خود را به دوستان و معلمشان معرفی کنند و ترجیح میدهند با چه صفات و ویژگی هایی شناخته شوند
- بیان کردن آنچه مد نظر دانش آموز است باعث میشود، سایرین برای شناختن او کمتر از اطلاعات پنهان و غیرکلامی استفاده کنند، بنابر این سو تفاهم ها و سو برداشت ها به حداقل میرسد

- افشای اطلاعات شخصی به دانش آموزان این فرصت را می‌دهد که از بین افراد موجود در کلاس کسی که با او احساس همزاد پنداری و نزدیکی بیشتری دارند به عنوان دوست صمیمی برگزینند بنابر این صمیمیت‌ها و دوستی‌های عمیق‌تری می‌تواند بین آنها شکل بگیرد
- بیان مشکلات شخصی دانش آموزان می‌تواند حس همدلی و مهرورزی را در معلمان و دانش آموزان تقویت کند و اگر آنها مشکلی داشته باشند که توسط دوستان و معلمان‌شان قابل حل باشد، احتمال جلب کمک را افزایش می‌دهد
- خود افشایی و پذیرش آن در دانش آموزان باعث ارتقای عزت نفس آنان، احساس لذت، ارتقای مهارت‌های اجتماعی و کاهش شرم و خجالت می‌شود

۲-۲-۲-۲ معایب خود افشایی در دانش آموزان

بر اساس مطالعات و بررسی‌های مختلف مهمترین معایب خود افشای برای دانش آموزان عبارتند از: (Masur, ۲۰۱۸: ۱۲۱)

- ممکن است دانش آموزان برای اینکه خوب به نظر برسند، در بیان ویژگی‌های مثبت خود اغراق کنند. چنین رفتاری نه تنها آنها را یک فرد صمیمی و قابل اعتماد نشان نمی‌دهد، بلکه آنها را در نظر دوستان‌شان تبدیل به افرادی خودشیفته و متظاهر می‌کند و از امکان صمیمیت به شدت می‌کاهد
- دانش آموزان ممکن است مرز بین اطلاعات حریم خصوصی خود با اطلاعاتی که قابلیت فاش دارند را به درستی تشخیص ندهد و بسیاری از اطلاعات خانوادگی خصوصی خود را نیز فاش کنند که می‌تواند برای آنها بسیار مضر باشد. اطلاعاتی نظیر اختلافات و مباحثات خانوادگی، اسرار موجود در خانواده، دارایی‌های اندوخته افراد و نحوه دست‌یابی به آنها و ... جزو اطلاعاتی هستند که نباید فاش شوند و در صورت افشا حتی می‌توانند امنیت دانش آموز و خانواده اش را به خطر بیندازند
- برخی از نوجوانان فکر می‌کنند هرچه بیشتر خود افشایی کنند جذاب‌تر و صمیمی‌تر به نظر می‌رسند، در حالیکه همانطور که پیشتر گفته شد، لازم است بین خود افشایی ایجاد شده مابین طرفین مکالمه تعادلی ایجاد شود. زیرا فردی که بیشتر خود افشایی می‌کند، ممکن است نه تنها از اینکه دریافت کمی دارد احساس سرخوردگی و عدم پذیرش کند، امکان دارد حراف و پرسخن و در نتیجه ناجذاب به نظر برسد

همانطور که پیشتر گفته شد خود افشایی در افراد احساس وظیفه به عمل متقابل را ایجاد می‌کند. با این حال ممکن است طرف مقابل گفت و گو تمایلی به این سطح از افشای خود نداشته باشد، در نتیجه در جریان مکالمه معذب می‌شود و احساس ناراحتی می‌کند. علی‌الخصوص افشای تابو‌ها و مسائل اخلاقی اگر با عدم رضایت فرد باشد می‌تواند اضطراب قابل ملاحظه روانی در فرد شنونده و گوینده ایجاد کند.

(exploringyourmind, ۲۰۱۸; onlinedatingselfdisclosure, ۲۰۲۰)

نتیجه‌گیری

در این مطالعه به روش مروری و کتابخانه‌ای به بررسی پیامدها، پیشامدها و ابعاد مختلف خود افشایی دانش آموزان و معلمان در مدارس پرداخته شده است. با مرور مطالعات و پژوهش‌های موجود متوجه می‌شویم با وجود مخاطرات خود افشایی دانش آموزان در مدارس نظیر کنترل نکردن مرزهای مربوط به حریم شخصی، طرد شدن و عدم پذیرش در مقابل خود افشایی، صدمه زدن به دیگران، لطمه به رابطه بین معلم و دانش آموز و یا دانش آموز و همکلاسی‌هایش و ... خود افشایی در مدرسه از چند جهت به طور بالقوه مفید است:

- (۱) خود افشایی در محیط کلاسی منجر به جلب بازخورد و نقطه نظرات یا حمایت عاطفی همکلاسی‌ها، مربیان و دوستان می‌شود. چنین بازخوردی برای گسترش خودآگاهی فرد حیاتی است، که یکی از جنبه‌های اصلی توسعه یک خود حرفه‌ای است. بعلاوه، ممکن است خودافشایی به طور کلی بر کیفیت روابط و احساس امنیت در کلاس تأثیر بگذارد. به عنوان مثال، هنگامی که یک دانش‌آموز در مورد سخت بودن مباحث مورد آموزش خود افشایی کند، دانش‌آموز دیگری با تجربه مشابه ممکن است کمتر احساس تنهایی کند.
- (۲) هنگامی که دانش‌آموزان در مورد تجارب زمینه‌ای خود، تاریخچه شخصی و واکنش به موقعیت‌های عملی صحبت می‌کنند، مربی از سطح رشد و دانش حرفه‌ای دانش‌آموزان آگاه می‌شود و می‌تواند از آن در روند یادگیری استفاده کند. (به عنوان مثال تصمیم به صرف زمان بیشتر در مورد یک مفهوم عملی خاص که ممکن است درک آن برای برخی دانش‌آموزان سخت باشد).
- (۳) هنگامی که دانش‌آموزان نسبت به افکار، عواطف و تجربیات همکلاسی‌های خود آگاه می‌شوند، اطلاعات ارزشمندی را در مورد افراد مختلف با تاریخچه شخصی منحصر به فرد خود می‌آموزند. باورها و ارزشهای فرهنگی و پاسخهای عاطفی متفاوت در افراد می‌تواند به دانش‌آموزان کمک کند تا بینش درستی از افراد مختلف با فرهنگ و عواطف متنوع کسب کنند. بنابراین، خود افشایی دانش‌آموزان در مدارس می‌تواند به یک آموزش مهارت‌های زندگی برای سایر دانش‌آموزان تبدیل شود.

نتایج این مطالعه می‌تواند در جهت ارتقای روابط صمیمانه در بین دانش‌آموزان و بین دانش‌آموزان و معلمان در مدارس مورد استفاده قرار گیرد. با این حال لازم است لزوم حفظ حریم خصوصی و حد و حدود خود افشاگری برای دانش‌آموزان تشریح گردد تا از خطرات ناشی از افشای اسرار خصوصی در امان باشند. پیشنهاد می‌گردد فرایند، پیشایندها و پیامدهای خود افشایی دانش‌آموزان در مدارس ایران مورد بررسی میدانی و مطالعه قرار گیرد. با بررسی مطالعات موجود در ایران و جهان، به نظر می‌رسد مطالعات اندکی در جهان به صورت جامع به بررسی این موضوع پرداخته است.

English references

Book

Masur, P. K. (۲۰۱۸). Situational privacy and self-disclosure: Communication processes in online environments: Springer.

West, R., & Turner, L. H. (۲۰۱۸). Introducing Communication Theory: Analysis And Appliation: McGraw-Hill Education

Articles

Allen, K. (۱۹۹۵). Opening the classroom closet: Sexual orientation and self-disclosure. Family Relations, ۴۴, ۲, ۱۳۶-۱۴۲

Ayako, K. (۲۰۰۸). Japanese family and consumer sciences teachers' lived experience: selfdisclosure in classrooms. Journal of Family and Consumer Sciences, ۱۰۰(۱), ۶۴-۷۰ .

Carpenter, A., & Greene, K. (۲۰۱۵). Social penetration theory. The international encyclopedia of interpersonal communication, ۱-۴ .

Cayanus, J. L., & Martin, M. M. (۲۰۰۸). Teacher Self-Disclosure: Amount, Relevance, and Negativity. *Communication Quarterly*, ۵۶(۳), ۳۲۵-۳۴۱. doi:۱۰.۱۰۸۰/۰۱۴۶۳۳۷۰۸۰۲۲۴۱۴۹۲

-Chapman A (۲۰۰۳). *Johari Window A model for self-awareness personal development, group development and understanding relationship* retrieved from www.businessballs.com

Downs, V. C., Javidi, M. M., & Nussbaum, J. F. (۱۹۸۸). An analysis of teachers' verbal communication within the college classroom: Use of humor, self-disclosure, and narratives. *Communication Education*, ۳۷(۲), ۱۲۷-۱۴۱. doi:۱۰.۱۰۸۰/۰۳۶۳۴۵۲۸۸۰۹۳۷۸۷۱۰

Exploringyourmind(۲۰۱۸) Benefits and Downsides of Self-Disclosure. <https://exploringyourmind.com/benefits-downsides-self-disclosure>. ۱۷Nov ۲۰۱۸

Hill, C. E., & Knox, S. (۲۰۰۱). Self-disclosure. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, ۳۸(۴), ۴۱۳-۴۱۷. doi:۱۰.۱۰۳۷/۰۰۳۳-۳۲۰۴,۳۸,۴,۴۱۳

Liu, Z., Wang, X., Min, Q., & Li, W. (۲۰۱۹). The effect of role conflict on self-disclosure in social network sites: An integrated perspective of boundary regulation and dual process model. *Information Systems Journal*, ۲۹(۲), ۲۷۹-۳۱۶ .

Matsushima, R., & Shiomi, K. (۲۰۰۲). Self-disclosure and friendship in junior high school students. *Social Behavior and Personality: an international journal*, ۳۰(۵), ۵۱۵-۵۲۵ .

Mohan Masaviru, Self-Disclosure: Theories and Model Review, *An International Peer-reviewed Journal*, Vol.۱۸, ۲۰۱۶, pp,۴۲-۴۷.

Munir, F., Leka, S., & Griffiths, A. (۲۰۰۵). Dealing with self-management of chronic illness at work: predictors for self-disclosure. *Social Science & Medicine*, ۶۰(۶), ۱۳۹۷-۱۴۰۷. doi:<https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2004.07.012>

Onlinedatingselfdisclosure (۲۰۲۰). Pros and Cons to Self-disclosure. <https://onlinedatingselfdisclosure.weebly.com/pros-and-cons-to-self-disclosure.html>

Rasmussen, B. M., & Mishna, F. (۲۰۰۸). A fine balance: Instructor self-disclosure in the classroom. *Journal of Teaching in Social Work*, ۲۸(۱-۲), ۱۹۱-۲۰۷ .

Rotenberg, Ken; Nancy Chase (۱۹۹۲). "Development of the reciprocity of self-disclosure". *The Journal of Genetic Psychology*, ۱۵۳ (۱): ۷۵-۸۶.

Safaei, N., & Shahrokhi, M. (۲۰۱۹). Relationship between teacher self-disclosure and teaching style: Perception of EFL teachers. *Cogent Education*, ۶(۱), ۱۷-۳۵. doi:۱۰.۱۰۸۰/۲۳۳۱۱۸۶X.۲۰۱۹,۱۶۷۸۲۳۱

Solano, C. H., & Dunnam, M. (۱۹۸۵). Two's company: self-disclosure and reciprocity in triads versus dyads. *Social Psychology Quarterly*, ۱۸۳-۱۸۷

Sprecher, S., & Treger, S. (۲۰۱۵). The benefits of turn-taking reciprocal self-disclosure in get-acquainted interactions. *Personal Relationships*, ۲۲(۳), ۴۶۰-۴۷۵ .

-Steinberg, Sheila. (۲۰۰۷). *An Introduction to Communication Studies*. Capetown, South Africa: Juta & Co, Ltd.

Szczygiel, Pamela. Navigating Student Self-Disclosure Through a Relational Lens: Examples of Increased Self-Awareness from a Social Work Classroom. *Clin Soc Work J* (۲۰۱۹). <https://doi.org/۱۰.۱۰۰۷/s۱۰۶۱۵-۰۱۹-۰۰۷۱۴-۲>

Tobin, Lad (۲۰۰۹). "Self-Disclosure as a Strategic Teaching Tool". *College English*. ۷۳: ۱۹۶-۲۰۶.

Patti M Valkenburg, Sindy R Sumter, Jochen Peter. (۲۰۱۱). Gender differences in online and offline self-disclosure in pre-adolescence and adolescence. *British Journal of Developmental Psychology*, ۲۹(۲), ۲۶۹-۲۵۳.

Waldeck, JENNIFER H. (۲۰۰۸). Teacher Self-Disclosure. *The International Encyclopedia of Communication*. *The International Encyclopedia of Communication*, First Edition. Edited by Wolfgang Donsbach. © ۲۰۰۸ John Wiley & Sons, Ltd. Published ۲۰۰۸ by John Wiley & Sons, Ltd. DOI:

۱۰.۱۰۰۲/۹۷۸۱۴۰۵۱۸۶۴۰۷.wbiect۰۱۵

Wood, J. (۲۰۱۰). *Interpersonal Communication; Everyday Encounters*. (۶th ed). Boston: Wadsworth.

www.stellarleadership.com (n.d). Johari Window

Yang, D., Yao, Z., Seering, J., & Kraut, R. (۲۰۱۹). The channel matters: Self-disclosure, reciprocity and social support in online cancer support groups. Paper presented at the Proceedings of the ۲۰۱۹ CHI Conference on Human Factors in Computing Systems.