

بررسی مشاوره گروهی به شیوه شناختی- رفتاری بر بهبود سازگاری اجتماعی دانش آموزان

محمد طحان^۱، سیدمهدی صدیقی^۲، فاطمه فرخی^۲

(۱) گروه روان شناسی، واحد بیرجند، دانشگاه آزاد اسلامی، بیرجند، ایران

(۲) گروه روان شناسی، واحد قائنات، دانشگاه آزاد اسلامی، قائنات، ایران

*نویسنده مسئول: t.mohammad2@gmail.com

تاریخ پذیرش مقاله ۹۹/۰۵/۳۰

تاریخ دریافت مقاله ۹۶/۰۶/۱۷

چکیده

پژوهش حاضر با هدف تاثیر مشاوره گروهی به شیوه شناختی- رفتاری بر بهبود سازگاری اجتماعی دانش آموزان پسر پایه سوم دوره دوم متوسطه رشته علوم انسانی از طریق روش پژوهش شبه آزمایشی به انجام رسیده است. جامعه آماری کلیه دانش آموزان پسر پایه سوم دوره دوم متوسطه رشته علوم انسانی شهرستان مشهد در سال تحصیل ۹۵ بوده است. با استفاده از نمونه گیری تصادفی تعداد ۵۰ نفر از دانش آموز انتخاب و در دو گروه آزمایش و کنترل (هر گروه ۲۵ نفر) گمارده شدند. گردآوری داده‌ها با استفاده از پرسشنامه سازگاری اجتماعی کلارک و همکاران (۱۹۵۳) گرفته است. در این پژوهش پایایی پرسشنامه سازگاری اجتماعی ۶۵٪ به دست آمد. از تحلیل کوواریانس برای تجزیه و تحلیل داده‌ها استفاده شد. نتایج نشان داد که اثر مشاوره گروهی به شیوه شناختی- رفتاری بر بهبود سازگاری اجتماعی دانش آموزان معنادار است. با توجه به نتایج، می‌توان نتیجه گرفت که اگر مشاوره گروهی به شیوه شناختی- رفتاری در مدارس به کارگرفته شود دانش آموزان پیشرفت چشمگیری خواهند داشت.

کلید واژه‌گان: مشاوره گروهی، شناختی- رفتاری، سازگاری اجتماعی

مقدمه

درمانی گروهی از مزایای انکار ناپذیر این شیوه است. این روش برای مشاوره و درمانگر از نظر زمان مقرون به صرفه است و برای شرکت کننده نیز فوایدی دارد که آشکارترین آنها حمایت شدن از سوی اعضای گروه، یادگیری جانشینی و از بین بردن بر چسب‌های منفی می‌باشد (هالپرین، ناتان و همکاران^۱، ۲۰۰۲).

سازگاری اجتماعی در نوجوانان به عنوان مهمترین نشانه‌ی سلامت روان آنان، از مباحثی است که در دهه های اخیر توجه بسیاری از جامعه شناسان، روان شناسان و مربیان را به خود جلب نموده است، زیرا دوره ی نوجوانی، دوره‌ی حساسی است و سازگاری اجتماعی

بررسی تأثیر مشاوره گروهی به شیوه شناختی- رفتاری سازگاری اجتماعی می‌تواند دست‌اندرکاران در سطح وزارتی کمک کند تا دریابند که تا چه اندازه مشاوره گروهی به شیوه شناختی- رفتاری موجب بهبود سازگاری اجتماعی دانش آموزان مقطع متوسطه می‌شود. زیرا مشاوره به‌عنوان یک فرایند تخصصی به تجزیه و تحلیل مشکل و یافتن راه‌حلهایی مناسب مبادرت می‌شود. مراجع از طریق مشاوره در یک جو مملو از تفاهم خود را بهتر می‌شناسد، چگونگی تصمیم‌گیری را می‌آموزد و سرانجام راه‌حلی برای مشککش پیدا می‌کند. ظرفیت بهره‌گیری از شیوه شناختی- رفتاری در موقعیت های مشاوره و روان

¹Halperin, Nathatn, Drummond, Castle

نوجوان در این دوره دستخوش تحولات عاطفی، جسمانی و ذهنی فوق‌العاده شدیدی است و هنوز به طور کامل رشد نیافته است. به همین علت ممکن است تأخیر در بلوغ عاطفی به دنبال خود مشکلات جدی در روابط بین فردی در نوجوانان و چالش‌های اجتماعی برای آنان پدید آورد. علاوه بر این، رشد اجتماعی مهمترین جنبه‌ی رشد وجود هر شخصی است و معیار اندازه‌گیری رشد اجتماعی هرکس سازگاری او با دیگران است. سازگاری اجتماعی مانند رشد جسمی، عاطفی و عقلی یک کمیت پیوسته است و به تدریج به کمال می‌رسد و در طول زندگی به طور طبیعی و در برخورد با تجربه‌ها حاصل می‌شود. با سپری شدن دوران کودکی و ورود به دوران نوجوانی، رشد روانی-اجتماعی از تحول ساده به تحول عمیق و کیفی تبدیل می‌شود و نوجوان با به کارگیری مهارت‌های اجتماعی، می‌تواند جایگاه خود را در میان مراودات اجتماعی و ارتباط با همسالان خود و بزرگسالان پیدا کند و مورد پذیرش اجتماعی قرار گیرد. موفقیت در امر پذیرش اجتماعی به سازگاری اجتماعی منجر می‌شود و ممکن است فرد را به مرحله‌ی نفوذ و رخنه‌ی اجتماعی برساند که سطحی بالاتر از پذیرش اجتماعی است و در این مرحله می‌تواند بر اطرافیان خود تأثیرگذار باشد. رخنه‌ی اجتماعی، فرایندی است که از طریق آن روابط آدمیان از سطح دوست داشتن به سوی صمیمیت بیشتر سیر می‌کند (اتکینسون^۱، اتکینسون و همکاران، ۲۰۰۴).

محیط اجتماع یاش رابطه‌ای سالم برقرار و انگیزه‌های خود را ارضا کند، در غیر این صورت او را ناسازگار قلمداد می‌کنیم. در واقع سازگاری با محیط، مهارتی است که باید آموخته شود و کیفیت آن مانند سایر آموخته‌ها به میزان علاقه و کوشش فرد برای یادگیری بستگی دارد (اسلامی نسب، ۱۳۷۳).

انجمن روان‌پزشکان آمریکا (۱۹۹۴) سازگاری اجتماعی را چنین تعریف می‌کند: هماهنگ ساختن رفتار به منظور برآورده ساختن نیازهای محیطی که غالباً مستلزم اصلاح تکانه‌ها، هیجان‌ها یا نگرش‌هاست (نقل از حجازی، ۱۳۸۴).

صدیقی (۱۳۸۰) سازگاری اجتماعی را به عنوان جریان‌ی تعریف کرده است که به وسیله‌ی آن روابط میان افراد، گروه‌ها و عناصر فرهنگی در وضعیتی رضایت‌بخش برقرار باشد. به عبارت دیگر، روابط میان افراد و گروه‌ها به گونه‌ای برقرار شده باشد که رضایت متقابل آنها را فراهم سازد. بدین ترتیب، سازگاری اجتماعی مکانیزم‌هایی است که توسط آنها یک فرد توانایی تعلق به یک گروه را پیدا می‌کند. به همین علت لازمه‌ی سازگاری اجتماعی، بروز تغییراتی در فرد بوده، آن نیز مستلزم یکپارچگی مکانیزم‌هایی است که توسط آنها، گروه یک عضو جدید را می‌پذیرد (یمنی دوزی سرخابی، ۱۳۷۱).

سازگاری اجتماعی دارای مؤلفه‌ها و نشانه‌های خاصی است. یکی از نشانه‌های سازگار بودن با محیط و اجتماع، داشتن استقلال است. استقلال یعنی توانایی انجام کارها بدون کمک گرفتن از دیگران، توانایی تحمل تنهایی و حتی لذت بردن از آن. مسؤولیت‌پذیری نیز از نشانه‌های دیگر سازگاری اجتماعی است. آینده‌نگری و درک این امر

منظور از سازگاری، رابطه‌ای است که میان فرد و محیط او، به ویژه محیط اجتماعی وجود دارد و به او امکان می‌دهد تا نیازها و انگیزه‌های خود را پاسخ گوید. فرد زمانی از سازگاری بهره‌مند است که بتواند میان خود و

¹ Atkinson

در طی پنجاه سال گذشته درمانهای شناختی رفتاری جزء مهمی از درمان های روانشناختی موثر برای بسیاری از مشکلات رفتاری بوده است. درمان شناختی رفتاری شامل روش های مختلفی است که وجه اشتراک تمام آنها تاکید بر نقش فرآیند های شناختی رفتاری در شکل گیری و تداوم اختلالات روانشناختی و به کارگیری روش های تجربی مبتنی بر رفتارگرایی و شناختگرایی برای درمان و کنترل پاسخدهی نادرست است. در مورد رویارویی با سازگاری اجتماعی، طرح ریزی برای مقابله و درمان آن، نظریه های مختلفی در حوزه مشاوره و روان درمانی وجود دارد. از بین این روش های درمانی، درمان شناختی - رفتاری، رشد و توسعه جدیدی پیدا کرده است. هر چند شکل گیری این روشها در درمان مشکلات و بیماریهای روانی، طولانی نیست اما توانسته است علاقه زیادی را در بین متخصصان بالینی به خود معطوف سازد (شفیع آبادی، ۱۳۸۲). رفتار درمانی شناختی، کاربردهای بس وسیعتری پیدا کرده و بسیاری از آنها به مواردی مربوط می شوند که با استفاده از سایر روش ها نمی توان آنها را به سادگی و به طرز مؤثری درمان کرد (هاوتن^۱، ۱۹۸۹). فرآیند درمان شناختی - رفتاری به شیوه مشاوره گروهی، شامل آموزش و مباحثه گروهی است که در آن از بیشتر راهبردهای شناختی - رفتاری استفاده می شود. هدف اصلی کمک کردن به اعضای گروه است تا احساسات خود را شناسایی و تجربه کنند و شیوه های تأثیر باورها و پیش فرض هایشان را بر نحوه احساسات و رفتارهای شان ادراک نمایند و رفتارهای جایگزین دیگری را تجربه کنند و این مهم از طریق بحث آزاد در مورد احساسات سرکوب شده شان و شرکت فعال در برنامه های از پیش تعیین شده گروه که به منظور تغییر آنها

که تصمیمات و اقدامات امروز می تواند بر زندگی و فردای فرد تأثیر بگذارد نیز از ویژگی های فرد سازگار است. توانایی تصمیم گیری، حفظ اعتدال و میانه روی در امور زندگی نیز از دیگر ویژگی های فردی می باشد که دارای سازگاری اجتماعی است. فرد دارای سازگاری اجتماعی توانایی برنامه ریزی برای تمام ساعات خود را دارد و تا جایی که امکان دارد، در تمام ابعاد زندگی خود جانب اعتدال را ننگه می دارد و از افراط و تفریط خودداری می کند (حجاری، ۱۳۸۴).

گوداشتاين و لانيون (۱۹۹۵)؛ به نقل از مظاهري، باغبان و همکاران، (۱۳۸۵) سازگاری را فرایند پیوسته ای تعریف کرده اند که در آن، تجارب یادگیری اجتماعی شخص توانایی و مهارتهایی را فراهم می سازد که از آن طریق می توان به ارضای نیازها پرداخت. رحیم نیا ورسولیان (۱۳۸۵) سازگاری را مفهومی عام می دانند که همه راهبردهای اداره کردن موقعیتهای استرس زای زندگی، اعم از تهدیدات واقعی و غیرواقعی را شامل می - شود. هرگاه تعادل جسمی و روانی فرد به گونه ای دچار اختلال شود که ناخوشایندی به وی دست دهد، برای ایجاد توازن نیازمند به کارگیری نیروهای درونی و حمایت خارجی است، در این صورت اگر در به کارگیری سازوکارهای جدید موفق شود و مسئله را به نفع خود حل کند، فرایند سازگاری ایجاد شده است.

ابعاد سازگاری شامل سازگاری اجتماعی، عاطفی، جسمانی و اخلاقی است که در رأس همه، سازگاری اجتماعی قرار دارد؛ به طوری که این سازگاری پیش درآمد رسیدن به سازگاری عاطفی و اخلاقی تلقی میشود (مظاهری و همکاران، ۱۳۸۵).

¹Hawton

طراحی شده است، فراهم می‌آید. در گروه بر نقش شناخت و رفتار در احساسات افراد تأکید می‌شود و برای تغییر آن تلاش می‌شود (کوری^۱، ۲۰۰۲). ظرفیت بهره‌گیری از شیوه شناختی- رفتاری در موقعیت‌های مشاوره و روان‌درمانی گروهی از مزایای انکارناپذیر این شیوه است. این روش برای مشاوره و درمانگر از نظر زمان مقرون به صرفه است و برای شرکت‌کننده نیز فوایدی دارد که آشکارترین آنها حمایت شدن از سوی اعضای گروه، یادگیری جانشینی و از بین بردن برچسب‌های منفی می‌باشد (هالپرین، نااتن و همکاران^۲، ۲۰۰۲).

درمانگر شناختی-عاطفی- رفتاری، به اعضای گروه می‌آموزد که آنها مسؤول مشکلات و اختلالات خودشان هستند و به آنها کمک می‌کند که روند خودگویی‌هایی که به واسطه آن مشکلات و اختلالات آنها تداوم می‌یابد تشخیص داده، سعی کنند آنها را کاهش دهند. در جریان مشاوره گروهی شناختی- رفتاری، دید غیر منطقی و خودشکن مراجع نسبت به زندگی برطرف شده و دید منطقی جایگزین می‌گردد. مشاور این نوع گروه‌ها معمولاً نقش غالب دارد و با استفاده از منطق، ترغیب و ایفای نقش، ارائه تکلیف و روشهای متعدد دیگر جلسات مشاوره گروهی را انجام می‌دهد (گیسون، ۲۰۰۶، ترجمه ثنایی، ۱۳۸۵). استفاده از مشاوره گروهی فضای امنی را برای دانش‌آموزان فراهم می‌سازد. پذیرش گروهی، احساس تنهایی و سرخوردگی را در دانش‌آموزان کاهش می‌دهد. در جلسات مشاوره گروهی این دسته از دانش‌آموزان به راحتی مشارکت می‌کنند و در خصوص مشکلات سازگاری اجتماعی خودشان چالش‌ها و

بازخوردهایی را در گروه مطرح می‌کنند (جعفری، صدری و همکاران، ۱۳۸۶). از طرفی دیگر، جستجوی شیوه‌های درمانی متناسب و منطبق با شرایط و مقتضیات فرهنگی جهت رویارویی با مشکلات روانی مانند سازگاری اجتماعی و تأکید آن بر عینی و عملی بودن درمان و نیز به صرفه بودن روش‌های درمان گروهی از لحاظ زمان، هزینه می‌باشد. در این پژوهش به بررسی این مساله پرداخته شد که آیا مشاوره گروهی به شیوه شناختی- رفتاری بر بهبود سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان تأثیری دارد؟

روش

نظر به ماهیت موضوع مورد مطالعه و سایر ویژگی‌های تحقیق این پژوهش با روش تحقیق شبه آزمایشی «طرح آزمون مقدماتی و نهایی با گروه شاهد و بدون استفاده از گزینش تصادفی» استفاده شده است (سرمد و بازرگان، ۱۳۸۵). جامعه آماری این پژوهش را کلیه دانش‌آموزان پسر پایه سوم متوسطه رشته علوم انسانی دوره دوم شهرستان مشهد که در سال ۹۵ مشغول به تحصیل بوده‌اند که تعداد آنها برابر است با ۱۲۰۰ دانش‌آموز می‌باشد. نمونه آماری در این پژوهش تعداد ۵۰ نفر از این دانش‌آموزان به صورت تصادفی بود که برای انتخاب نمونه از روش نمونه‌گیری هدفمند استفاده شد. به این صورت که ابتدا فهرستی از مدارس متوسطه دوره دوم موجود در شهرستان مشهد انتخاب شد، سپس از بین مدارس دوره دوم متوسطه موجود در شهرستان مشهد پایه سوم رشته علوم انسانی به تصادف انتخاب شد. و در مرحله بعد با اجرای پرسشنامه سازگاری اجتماعی در بین دانش‌آموزان این مدارس، تعداد ۵۰ نفر از دانش‌آموزانی که سازگاری اجتماعی پایینی برخوردار بودند به تصادف

¹Curry

² Halperin, Nathatn, Drummond, Castle

توسط آزمودنی ها کسب شده، همبسته گردید و مشخص گردید که بین این دو رابطه مثبت و معناداری وجود دارد ($r=0/75$, $p=0/006$). در این پژوهش پایایی پرسشنامه سازگاری اجتماعی با استفاده از آلفای کرونباخ $0/65$ به دست آمد.

برنامه آموزش مشاوره گروهی به شیوه شناختی-

رفتاری

اجرای پیش آزمون پرسشنامه سازگاری اجتماعی:

پس از انتخاب نمونه و تشکیل گروه ها و نیز تهیه ابزارها نوبت به اجرای پیش آزمون پرسشنامه سازگاری اجتماعی در دو گروه رسید. پیش آزمون سازگاری اجتماعی شامل ۹۰ سوال می باشد.

اجرای پس آزمون سازگاری اجتماعی: پس آزمون

سازگاری اجتماعی در گروه آزمایش و گواه بعد از آخرین جلسه روش مشاوره گروهی به شیوه شناختی- رفتاری اجرا شد. که برای اجرای آن همان سؤالات مرحله پیش آزمون اجرا شد.

نحوه اجرای آموزش مشاوره گروهی به شیوه

شناختی- رفتاری: پس از اجرای پیش آزمون های سازگاری اجتماعی نوبت به مداخله آزمایشی (مشاوره گروهی به شیوه شناختی- رفتاری) بر روی دانش آموزان انجام گرفت که این مداخله در طول ۸ جلسه ۹۰ دقیقه ای انجام گرفت. که به شرح زیر می باشد:

جدول آموزش مشاوره گروهی به شیوه شناختی رفتاری از نظر شفیع آبادی (۱۳۸۲) که در این پژوهش به کار رفته است به شرح زیر است:

انتخاب می شود که ۱۵ نفر از دانش آموزان به عنوان گروه آزمایش و ۲۵ نفر به عنوان گروه کنترل ۲۵ نفر در نظر گرفته شد.

ابزارهای مورد استفاده در این پژوهش شامل آزمون مقیاس سازگاری اجتماعی و نیز روش مشاوره گروهی راه حل محور است.

۱- پرسشنامه سازگاری اجتماعی: در پژوهش

حاضر سازگاری اجتماعی براساس نمره کل افراد در آزمون شخصیتی کالیفرنیا سنجیده می شود. این آزمون که در سال ۱۹۵۳ توسط کلارک و همکاران ساخته شده که دارای دو مقیاس فردی، اجتماعی و کلی را می سنجد دارای ۱۸۰ سوال دو گزینه ای (بلی و خیر) می باشد. اما در این پژوهش از مقیاس سازگاری اجتماعی که دارای ۹۰ سوال می باشد و شامل شش سطح و یک نمره کل است که عبارت اند از: قالب های اجتماعی، مهارت های اجتماعی، علائق ضد اجتماعی، روابط خانوادگی، روابط مدرسه ای، روابط اجتماعی، هر سطح دارای ۱۵ سوال می باشد استفاده شده است.

روایی و اعتبار پرسشنامه سازگاری اجتماعی

شافر در بحث خود درباره آزمون شخصیتی کالیفرنیا در کتاب سالنامه اندازه گیری های روانی بیان می کند که بر پایه مطالعات انجام شده، ضرایب پایایی آزمون را در گروه های ۱۷ تا ۱۸ از روش تصنیف با استفاده از فرمول تصحیح شده اسپیرمن - براون، برای مقیاس سازگاری شخصی $0/888$ و برای مقیاس سازگاری اجتماعی $0/867$ به دست آمد. و برای محاسبه اعتبار پرسشنامه نیز، نمره کل پرسشنامه با نمره سؤال ملاک که به طور همزمان

آموزش مشاوره گروهی به شیوه شناختی رفتاری از نظر شفیع آبادی (۱۳۸۲)

جلسات	محتوای
جلسه اول	<p>- بیان اهداف.</p> <p>- اعتماد سازی.</p> <p>- آشنایی یا معارفه.</p> <p>- بیان روند کار و مقررات گروه: ایجاد تعهد زبانی، تعداد جلسات احتمالی، حضور به موقع، گوش دادن و احترام گذاشتن به یکدیگر، پرهیز از صحبت دو نفره و</p> <p>- هماهنگ نمودن زمان جلسات بعدی.</p>
جلسه دوم	<p>در این جلسات آموزش هایی در مورد شناختن افکار منفی، خطاهای شناختی، سازگاری اجتماعی، ابراز وجود و آموزش حل مسأله، به دانش آموزان داده شد و در انتهای هر جلسه تکالیفی داده شد و در ابتدای جلسه بعد تکالیفی که در هفته گذشته داده شده بود بررسی شد و همچنین در مورد مطالب یاد گرفته شده از جلسات قبل بحث و بررسی شد.</p>
جلسه سوم	<p>- ارائه مختصری از کارهای انجام شده توسط اعضای گروه.</p> <p>- بیان مشکلات افراد در مورد سازگاری اجتماعی و زمینه های آن و راهکارهایی که دیگران خواهند داد:</p> <p>۱- از هر عضو خواسته شد تا علائم سازگاری اجتماعی و مکان ها یا مواردی که شخص در آن دچار کمبود سازگاری اجتماعی می شود را باز گو نماید. ۲- آنها را درجه بندی کنند. ۳- از دیگر اعضا خواسته شود تا راهکارهای خود را ارائه نمایند.</p> <p>ارائه تکلیف: بهترین راه حل هایی که مورد توجه اعضا واقع شده و انتخاب کرده اند را تا جلسه آینده به کار گرفته و نتیجه را بیان نمایند و راجه به موضوع جلسه بعد توضیح مختصری داده شود.</p>
جلسه چهارم	<p>ارائه مختصری از جلسات قبل: هر عضو باید از کارهای انجام شده در بیرون از گروه و نتیجه آن را گزارش دهد.</p> <p>- بیان مشکلات افراد در زمینه سازگاری اجتماعی و دریافت راهکارها دیگر اعضا:</p> <p>- از هر عضو خواسته شده تا وضعیت سازگاری اجتماعی خود را توصیف کند (درجه بندی کند). ۲- ابراز احساساتی که در موقعیت افزایش سازگاری اجتماعی دارد را بیان نماید. ۳- هر عضو تجربه موفق در بهبود سازگاری اجتماعی خود را بیان نماید. ۴- از اعضای گروه تلاش های که در جهت افزایش سازگاری اجتماعی تشخیص داده شده را جویا شود. ۵- هر عضو برای خود با استفاده از تجارب شخصی اعضای گروه فهرستی از راه حل ها را تهیه نماید.</p> <p>- جمع بندی مطالب و تعیین جلسه بعدی</p> <p>- تکلیف جلسه بعد: هر عضو کارهایی را که از دیگر اعضا، برای بهبود سازگاری اجتماعی انتخاب نموده را تا جلسه آینده انجام دهد و نتیجه را جلسه بعد اعلام نماید.</p>
جلسه پنجم	<p>- ارائه مختصری از جلسات قبل توسط کارهای انجام شده توسط اعضای گروه.</p> <p>- بیان مشکلات افراد در زمینه سازگاری اجتماعی و دریافت راهکارهای دیگر اعضا:</p> <p>۱- از اعضا خواسته شود تا سازگاری اجتماعی خود را توصیف نموده و میزان موفقیت خود را در اجتماع و روابط با دیگران نمره گذاری نمایند.</p> <p>۲- از هر عضو خواسته شده تجربیات موفق خود را در فضای بیرون از خانه بیان نمایند. ۳- از هر عضو خواسته می شود تا از واژه به جای استفاده کند. ۴- از دیگر اعضای گروه خواسته شود تا راه حل هایی را ارائه نمایند.</p> <p>- تکلیف: هر عضو بهترین راه حل ارائه شده را انتخاب و در بیرون یا داخل گروه آن را اجرا و نتیجه را اعلام نماید. تعیین وقت و وضوح جلسه بعد.</p>
جلسه ششم	<p>- ارائه مختصری از جلسات قبل توسط کارهای انجام شده توسط اعضای گروه.</p> <p>- بیان مشکلات افراد در زمینه های سازگاری اجتماعی و دریافت راهکارهای دیگر اعضا:</p> <p>۱- فهرستی از موضوعات بهبود سازگاری اجتماعی. ۲- از اعضا خواسته شود تا تجربه و مواردی که دارای این مشخصات هستند و یا در گذشته با آن درگیر بوده اند را بیان نمایند. ۳- تجربه موفق هر عضو در برخورد با سازگاری اجتماعی. ۴- اعضای گروه راه حل های خود را ارائه نمایند. ۵- از هر عضو خواسته شود تا بهترین راه حل را انتخاب و اجرا نماید.</p> <p>- تکلیف: هر عضو بهترین راه حل ارائه شده را انتخاب و در بیرون یا داخل گروه آن را اجرا و نتیجه را اعلام نماید.</p> <p>- تعیین وقت و موضوع جلسه بعد.</p>
جلسه هفتم	<p>در این جلسه مرور و بررسی تکالیف داده شده، رفع اشکالات، آموزش خطاهای شناختی (یک یا دو خطا در هر جلسه) به همراه تمرین در مورد پیدا کردن خطاهای شناختی، آموزش و تمرین نحوه زیر سوال بردن افکار منفی و نوشتن پاسخ های منطقی در جدول، تمرین در مورد ثبت افکار</p>

سازگاری اجتماعی در جدول مربوطه، آموزش و تمرین آرامش عضلات (تن آرامی)، ارائه تکالیف به دانش آموزان.

جلسه هشتم در آخرین جلسه همه مواردی که در جلسات پیشین آموزش داده شده بود مرور شد. در ادامه آرمیدگی عضلانی به دانش آموزان آموزش داده شد و ۳ تمرینی را به صورت گروهی انجام دادند و سپس به فاصله دو هفته بعد از اتمام جلسات آموزشی، پس از آزمون توسط پرسشنامه سازگاری اجتماعی برای هر دو گروه اجرا شد.

یافته ها

در پژوهش حاضر دانش آموزان پسر پایه سوم رشته علوم انسانی دوره دوم متوسطه دولتی شهرستان مشهد در پیش آزمون و پس آزمون در دو گروه آزمایش و کنترل شرکت داشته اند که فراوانی آنها بر حسب جنسیت ارائه شده است.

تجزیه و تحلیل یافته‌های پژوهش با استفاده از شاخص آمار توصیفی (میانگین‌ها، درصدها، واریانس‌ها و رسم نمودار و جداول) و آمار استنباطی (آزمون تحلیل کواریانس برای آزمون فرض‌های تحقیق و معنی داری) استفاده شد. همچنین تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم افزار spss صورت گرفت.

جدول ۱. فراوانی دانش آموزان شرکت کننده در پژوهش بر حسب گروه

شاخص آماری جنسیت	پیش آزمون		کل
	تعداد	پس آزمون تعداد	
دانش آموزان گروه آزمایش	۲۵	۲۵	۵۰
دانش آموزان گروه کنترل	۲۵	۲۵	۵۰
کل دانش آموزان شرکت کننده	۵۰	۵۰	۱۰۰

در پژوهش حاضر پاسخگویی به فرضیه پژوهشی با روش تحلیل کواریانس یک راهه (ANCOVA) صورت می‌پذیرد. جهت انجام این تحلیل تحقق مفروضه همگنی رگرسیون الزامی است در این بخش به این مفروضه نیز پرداخته خواهد شد.

با توجه به جدول ۱ مشاهده می‌شود که ۵۰ نفر از دانش آموزان پسر پایه سوم رشته علوم انسانی دوره دوم متوسطه دولتی شهرستان مشهد در این پژوهش شرکت داشته اند که تعداد دانش آموزان در هر دو گروه آزمایش و کنترل برابر بوده است. ۵۰ نفر از دانش آموزان به عنوان گروه آزمایش (۵۰/۰) و ۵۰ نفر از دانش آموزان به عنوان گروه کنترل (۵۰/۰) انتخاب گردیده اند.

جدول ۲. آزمون کولموگروف - اسمیرنف برای نمرات ثبت شده برای شاخص های تحقیق

رد یا پذیرش نرمال بودن	p-value	آماره آزمون کولموگروف - اسمیرنف	نوع آزمون	سازگاری اجتماعی
پذیرش	p-value = ۰/۳۷ > ۰/۰۵	۰/۹۱	پیش آزمون	
پذیرش	p-value = ۰/۳۵ > ۰/۰۵	۰/۹۲	پس آزمون	

نتایج جدول ۴. نشان می دهد که مقدار F برابر است با ۵۶۷/۵ که در سطح ($p > ۰/۰۵$) معنادار نیست پس بنابراین مفروضه یکسانی واریانس ها تأیید می شود و با توجه به رعایت سایر مفروضه ها برای تحلیل داده ها می توان آزمون آماری را انجام داد.

همگنی رگرسیون به دنبال بررسی این مسأله است که آیا رابطه متغیر وابسته و متغیر کمکی (در اینجا نمره پیش آزمون) برای تمامی گروه ها یکسان است یا نه. جهت بررسی این فرض از معناداری F استفاده می شود. اگر این آماره معنادار باشد داده ها از فرض همگنی رگرسیون حمایت نمی کنند و بالعکس.

نتایج بررسی این مفروضه در جدول ۴ ارائه گردیده است.

جدول ۴. نتایج آزمون همگنی شیب خط رگرسیون در متغیر سازگاری اجتماعی

متغیر	منبع تغییرات	SS	Df	MS	F	P
سازگاری اجتماعی	گروه	۱۳/۰۹	۱	۱۳/۰۹	۰/۱۹۹	۰/۶۵
پیش آزمون	نمره	۵۸۶۱/۱۱۸	۱	۵۸۶۱/۱۱۸	۸۹/۱۸۲	۰/۰۰۰
آزمون X گروه	پیش	۷۱/۶۱۴	۱	۷۱/۶۱۴	۱/۰۹	۰/۳۰

به طور کلی فرض همگنی واریانس ها به دنبال بررسی این مسأله است که آیا نمونه ها از جامعه هایی با واریانس های مساوی انتخاب شده اند یا نه. هرگاه این فرض برآورده شود، داده های حاصل از این دو نمونه را می توان برای بدست آوردن برآوردی بدون ارباب از واریانس جامعه، با یکدیگر ترکیب کرد جهت بررسی همگن بودن واریانس متغیرهای پژوهشی از آزمون برابری خطای واریانس های لوین^۱ استفاده شد. بر اساس سطح معنی داری بدست آمده در این آزمون، می توان در خصوص همگنی یا عدم همگنی واریانس ها قضاوت نمود. بدین طریق که اگر سطح معنی داری بدست آمده بزرگتر از $P = ۰/۰۵$ باشد، واریانس ها برابرند و بالعکس. بررسی فرض همگنی واریانس ها در جدول ۳ و ۴ ارائه شده است.

جدول ۳. آزمون آماری لوین در مورد پیش فرض برابری واریانس نمره ها گروه کنترل و آزمایش در مورد سازگاری اجتماعی

شاخص آماری	آزمون آماری f	سطح معناداری
گروه کنترل و آزمایش	۰/۵۶۷	۰/۳۴۵

¹Levene`s Test of equality of error variance

جدول ۶. میانگین و انحراف معیار نمرات سازگاری

اجتماعی در پس آزمون به تفکیک گروه ها

گروه	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد
آزمایش	۲۵	۴۹/۰۰۰	۱۶/۲۷
کنترل	۲۵	۴۰/۷۵	۱۴/۴۴
جمع کل	۵۰	۴۴/۸۷	۱۵/۷۴

میانگین نمره سازگاری اجتماعی بعد از مداخله در دانش آموزان گروه آزمایش ۴۹/۰۰۰ و در دانش آموزان گروه کنترل ۴۰/۷۵ به دست آمد و یافته های جدول ۶ نشان می دهد که میانگین گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل افزایش داشته است و برای اینکه اطمینان حاصل شود که گروه کنترل و آزمایش معادل باشند یعنی از نظر پارامترهای مورد مطالعه همسان باشند با استفاده از آزمون لوین مورد آزمون قرار گرفت که نتایج آن در جدول برابری واریانس نمره های سازگاری اجتماعی ارائه شده است.

نتایج درج شده در جدول فوق نشان می دهد که مفروضه همگنی رگرسیون در اثر تعاملی گروه و نمره پیش آزمون ($F=1/09$ ، $P>0/30$) محقق شده است.

فرضیه : مشاوره گروهی به شیوه شناختی- رفتاری بر سازگاری اجتماعی دانش آموزان پسر تاثیر دارد.

جدول ۵. میانگین و انحراف معیار نمرات سازگاری

اجتماعی در پیش آزمون به تفکیک گروه ها

گروه	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد	t	df	P
آزمایش	۲۵	۴۱/۰۰	۱۵/۵۲	-۶۳۱	۳۸	۰/۵۳۲
کنترل	۲۵	۴۳/۷۵	۱۱/۷۹			
جمع کل	۵۰	۴۲/۳۷	۱۳/۶۸			

یافته های پژوهش نشان داد که میانگین نمره سازگاری اجتماعی قبل از مداخله در دانش آموزان گروه آزمایش و کنترل تفاوت معنی داری نداشت ($p=0/532$).

جدول ۷. نتایج تحلیل کواریانس تاثیر مشاوره گروهی به شیوه شناختی- رفتاری بر سازگاری اجتماعی

منبع تأثیر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	مقدار f	سطح معنی داری
پیش آزمون	۷۵۰۶/۴۶	۱	۷۵۰۶/۴۶	۱۸۶/۷۴	۰/۰۰۰
گروه ها	۱۲۰۹/۰۹۶	۱	۱۲۰۹/۰۹۶	۳۰/۰۷	۰/۰۰۰
خطا	۱۴۸۷/۲۸۷	۳۷	۴۰/۱۹۷		

آزمایشی و کنترل بر سازگاری اجتماعی از نظر آماری در سطح ($p<0/05$) معنادار است.

یافته های جدول ۷ نشان می دهد که مقدار آزمون آماری f در دانش آموزان ۳۰/۰۷ می باشد. که تاثیر مشاوره گروهی به شیوه شناختی- رفتاری در گروه های

نتیجه آزمون مذکور نشان داد که میانگین نمره سازگاری اجتماعی قبل از مداخله در نمره سازگاری اجتماعی بعد از مداخله تأثیر دارد ($p < 0/05$). لذا برای تعدیل، متوسط نمره سازگاری اجتماعی قبل از مداخله ۴۲/۳۷ در نظر گرفته شد.

پس از تعدیل، بین میانگین نمره سازگاری اجتماعی بعد از مداخله در گروه کنترل و آزمایش تفاوت معنی داری مشاهده شد ($p < 0/05$).

جدول ۸. مقایسه میانگین های تعدیل شده نمره سازگاری اجتماعی درپس آزمون به تفکیک گروه ها

گروه	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد
آزمایش	۲۵	۵۰/۴۰	۱/۴۲
کنترل	۲۵	۳۹/۳۴	۱/۴۲

با توجه به جدول ۸، میانگین نمره سازگاری بعد از مداخله در دانش‌آموزان گروه آزمایش (۵۰/۴۰) نسبت به دانش‌آموزان گروه کنترل (۳۹/۳۴) به طور معنی داری بیشتر بود ($p < 0/05$).

با توجه به یافته های بدست آمده، فرضیه دوم پژوهش تأیید می شود و نتیجه گرفته می شود که تأثیر مشاوره گروهی به شیوه شناختی- رفتاری بر سازگاری اجتماعی تأثیر مثبت دارد.

همچنین برای تأثیر مشاوره گروهی به شیوه شناختی- رفتاری بر مؤلفه های سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان مقطع متوسطه از تحلیل کوواریانس استفاده شده است که در جداول زیر ارائه شده است.

جدول ۹. میانگین و انحراف معیار نمرات مؤلفه های سازگاری اجتماعی در پیش آزمون به تفکیک گروه ها

مؤلفه	گروه	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد	T	df	P
نقش اجتماعی	آزمایش	۲۵	۸/۹۵	۲/۹۴	۱/۵۶	۴۸	۰/۱۲۵
	کنترل	۲۵	۷/۶۰	۲/۴۷			
	جمع کل	۵۰	۸/۲۷	۲/۷۷			
مهارت های اجتماعی	آزمایش	۲۵	۸/۲۰	۳/۱۳	۰/۶۱۸	۴۸	۰/۵۴۰
	کنترل	۲۵	۷/۶۰	۲/۹۹			
	جمع کل	۵۰	۷/۹۰	۳/۰۴			
علاقه ضد اجتماعی	آزمایش	۲۵	۸/۹۵	۲/۲۸	-۱/۵۶۱	۴۸	۰/۵۷۸
	کنترل	۲۵	۹/۳۵	۲/۲۳			
	جمع کل	۵۰	۹/۱۵	۲/۲۳			
روابط خانوادگی	آزمایش	۲۵	۷/۸۵	۲/۷۰	-۱/۲۲۵	۴۸	۰/۲۲۸
	کنترل	۲۵	۸/۸۵	۲/۴۵			
	جمع کل	۵۰	۸/۳۵	۲/۵۹			
روابط مدرسه ای	آزمایش	۲۵	۸/۳۰	۲/۶۳	۰/۰۰۰	۴۸	۱/۰۰۰
	کنترل	۲۵	۸/۳۰	۲/۱۵			
	جمع کل	۵۰	۸/۳۰	۲/۳۷			
روابط اجتماعی	آزمایش	۲۵	۸/۶۰	۲/۹۲	-۰/۱۱۸	۴۸	۰/۹۰۷
	کنترل	۲۵	۸/۷۰	۲/۴۳			
	جمع کل	۵۰	۸/۶۵	۲/۶۵			

اجتماعی قبل از مداخله در دانش آموزان گروه آزمایش و کنترل تفاوت معنی داری نداشت ($p > 0.05$).

یافته های پژوهش نشان داد که میانگین نمره مؤلفه های نقش اجتماعی، مهارت های اجتماعی، علائق ضد اجتماعی، روابط خانوادگی، روابط مدرسه ای و روابط

جدول ۱۰. میانگین و انحراف معیار نمرات مؤلفه های سازگاری اجتماعی در پس آزمون به تفکیک گروه ها

مؤلفه	گروه	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد
نقش اجتماعی	آزمایش	۲۵	۱۰/۹۰	۲/۹۵
	کنترل	۲۵	۷/۵۵	۲/۵۲
	جمع کل	۵۰	۹/۲۲	۳/۱۹
مهارت های اجتماعی	آزمایش	۲۵	۱۱/۱۵	۳/۲۸
	کنترل	۲۵	۷/۶۰	۲/۹۹
	جمع کل	۵۰	۹/۳۷	۳/۵۸
علائق ضد اجتماعی	آزمایش	۲۵	۱۲/۲۰	۲/۳۳
	کنترل	۲۵	۱۱/۹۹	۲/۰۵
	جمع کل	۵۰	۱۰/۷۵	۲/۶۱
روابط خانوادگی	آزمایش	۲۵	۱۱/۲۰	۲/۸۲
	کنترل	۲۵	۸/۱۵	۲/۳۹
	جمع کل	۵۰	۹/۶۷	۳/۰۰
روابط مدرسه ای	آزمایش	۲۵	۱۱/۴۰	۲/۵۰۰
	کنترل	۲۵	۸/۰۰	۲/۰۷
	جمع کل	۵۰	۹/۷۰۰	۲/۸۴
روابط اجتماعی	آزمایش	۲۵	۱۱/۸۰	۲/۷۰
	کنترل	۲۵	۸/۲۵	۲/۲۴
	جمع کل	۵۰	۱۰/۰۲	۳/۰۴

کنترل و آزمایش معادل باشند یعنی از نظر پارامترهای مورد مطالعه همسان باشند با استفاده از آزمون لوین مورد آزمون قرار گرفت که نتایج آن در جدول برابری واریانس نمره های مؤلفه های سازگاری اجتماعی ارائه شده است.

یافته های جدول ۱۰ نشان می دهد که میانگین نمره های مؤلفه های سازگاری اجتماعی (نقش اجتماعی، مهارت های اجتماعی، روابط خانوادگی، روابط مدرسه ای و روابط اجتماعی) گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل افزایش داشته است. اما در مؤلفه علائق ضد اجتماعی گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل افزایش چندانی نداشته است، و برای اینکه اطمینان حاصل شود که گروه

جدول ۱۱. آزمون آماری لوین در مورد پیش فرض برابری واریانس نمره ها گروه کنترل و آزمایش در مورد مؤلفه های

سازگاری اجتماعی

مؤلفه	شاخص آماری متغیر	آزمون آماری f	سطح معناداری
نقش اجتماعی	گروه کنترل و آزمایش	۲/۹۴	۰/۱۶۴
مهارت های اجتماعی	گروه کنترل و آزمایش	۳۶/۷۰	۰/۴۸۷
علاقه ضد اجتماعی	گروه کنترل و آزمایش	۲/۹۴	۰/۰۹۴
روابط خانوادگی	گروه کنترل و آزمایش	۰/۲۰۰	۰/۶۵۷
روابط مدرسه ای	گروه کنترل و آزمایش	۰/۴۰۶	۰/۵۲۸
روابط اجتماعی	گروه کنترل و آزمایش	۲/۸۱۵	۰/۱۰۲

نتایج جدول ۱۱ نشان می دهد که مقدار f در مؤلفه - های نقش اجتماعی (۲/۹۴)، مهارت های اجتماعی (۳۶/۷۰)، علاقه ضد اجتماعی (۲/۹۴)، روابط خانوادگی (۰/۲۰۰)، روابط مدرسه ای (۰/۴۰۶)، روابط اجتماعی (۲/۸۱۵) که در سطح ($p > 0.05$) معنادار نیست. پس بنابراین مفروضه یکسانی واریانس ها تأیید می شود. و با توجه به رعایت سایر مفروضه ها برای تحلیل داده ها می توان آزمون آماری را انجام داد.

جدول ۱۲. نتایج تحلیل کواریانس تاثیر مشاوره گروهی به شیوه شناختی- رفتاری بر مؤلفه های سازگاری اجتماعی

مؤلفه ها	منبع تأثیر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	مقدار f	سطح معنی داری
نقش اجتماعی	پیش آزمون	۲۱۵/۳۱۰	۱	۲۱۵/۳۱۰	۱۱۱/۵۱	۰/۰۰۰
	گروه ها	۴۴/۲۲	۱	۴۴/۲۲	۲۲/۹۰	۰/۰۰۰
	خطا	۷۱/۴۴	۳۷	۱/۹۳		
مهارت های اجتماعی	پیش آزمون	۳۴۲/۵۷۰	۱	۳۴۲/۵۷۰	۳۸۶/۶۷۱	۰/۰۰۰
	گروه ها	۸۶/۹۲	۱	۳۴۲/۵۷۰	۹۸/۱۱۴	۰/۰۰۰
	خطا	۳۲/۷۸	۳۷	۸۶/۹۲		
علاقه ضد اجتماعی	پیش آزمون	۱۱۹/۵۵	۱	۱۱۹/۵۵	۶۹/۲۹	۰/۰۰۰
	گروه ها	۱۰۲/۴۷	۱	۱۰۲/۴۷	۱/۳۹	۰/۰۶۴
	خطا	۶/۱۸۲	۳۷	۱/۲۲۹		
روابط خانوادگی	پیش آزمون	۲۰۳/۶۸۱	۱	۲۰۳/۶۸۱	۱۳۴/۴۱	۰/۰۰۰
	گروه ها	۱۴۹/۸۷	۱	۱۴۹/۸۷	۹۸/۹۰	۰/۰۰۰
	خطا	۵۶/۰۶	۳۷	۱/۲۰۱		
روابط مدرسه ای	پیش آزمون	۱۶۴/۸۲۹	۱	۱۶۴/۸۲۹	۱۶۹/۵۴۵	۰/۰۰۰
	گروه ها	۱۱۵/۶۰۰	۱	۱۱۵/۶۰۰	۱۱۸/۹۰۸	۰/۰۰۰
	خطا	۳۵/۹۷۱	۳۷	۰/۹۷۲		
روابط اجتماعی	پیش آزمون	۱۹۷/۲۴۵	۱	۱۹۷/۲۴۵	۱۹۳/۵۵	۰/۰۰۰
	گروه ها	۱۳۲/۰۶۲	۱	۱۳۲/۰۶۲	۱۲۹/۵۹	۰/۰۰۰
	خطا	۳۷/۷۰۵	۳۷	۱/۰۱۹		

نتایج نشان می دهد که در مؤلفه روابط اجتماعی (f = ۱۲۹/۵۹) می باشد. که تاثیر مشاوره گروهی به شیوه شناختی- رفتاری در گروه های آزمایشی و کنترل بر مؤلفه روابط اجتماعی از نظر آماری در سطح (p < ۰/۰۵) معنادار است.

نتیجه آزمون مذکور نشان داد که میانگین نمره مؤلفه های نقش اجتماعی، مهارت های اجتماعی، روابط خانوادگی، روابط مدرسه ای و روابط اجتماعی قبل از مداخله در نمره مؤلفه های نقش اجتماعی، مهارت های اجتماعی، روابط خانوادگی، روابط مدرسه ای و روابط اجتماعی بعد از مداخله تأثیر دارد (p < ۰/۰۵).

پس از تعدیل، بین میانگین نمرهای مؤلفه های (نقش اجتماعی، مهارت های اجتماعی، روابط خانوادگی، روابط مدرسه ای و روابط اجتماعی بعد از مداخله در گروه کنترل و آزمایش تفاوت معنی داری مشاهده شد (p < ۰/۰۵).

یافته های جدول ۱۲ نشان می دهد که در مؤلفه نقش اجتماعی (f = ۲۲/۹۰) می باشد. که تاثیر مشاوره گروهی به شیوه شناختی- رفتاری در گروه های آزمایشی و کنترل بر مؤلفه نقش اجتماعی از نظر آماری در سطح (p < ۰/۰۵) معنادار است.

نتایج نشان می دهد که در مؤلفه مهارت های اجتماعی (f = ۹۸/۱۱۴) می باشد. که تاثیر مشاوره گروهی به شیوه شناختی- رفتاری در گروه های آزمایشی و کنترل بر مؤلفه مهارت های اجتماعی از نظر آماری در سطح (p < ۰/۰۵) معنادار است.

نتایج نشان می دهد که در مؤلفه علایق ضد اجتماعی (f = ۱/۳۹) می باشد. که تاثیر مشاوره گروهی به شیوه شناختی- رفتاری در گروه های آزمایشی و کنترل بر مؤلفه علایق ضد اجتماعی از نظر آماری در سطح (p > ۰/۰۵) معنادار نیست.

نتایج نشان می دهد که در مؤلفه روابط خانوادگی (f = ۹۸/۹۰) می باشد. که تاثیر مشاوره گروهی به شیوه شناختی- رفتاری در گروه های آزمایشی و کنترل بر مؤلفه روابط خانوادگی از نظر آماری در سطح (p < ۰/۰۵) معنادار است.

نتایج نشان می دهد که در مؤلفه روابط مدرسه ای (f = ۱۱۸/۹۰۸) می باشد. که تاثیر مشاوره گروهی به شیوه شناختی- رفتاری در گروه های آزمایشی و کنترل بر مؤلفه روابط مدرسه ای از نظر آماری در سطح (p < ۰/۰۵) معنادار است.

جدول ۱۳. مقایسه میانگین های تعدیل شده نمره های مؤلفه های نقش اجتماعی، مهارت های اجتماعی، علائق ضد

اجتماعی، روابط خانوادگی، روابط مدرسه ای و روابط اجتماعی درپس آزمون به تفکیک گروه ها

مؤلفه ها	گروه	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد
نقش اجتماعی	آزمایش	۲۵	۱۰/۳۱	۰/۳۱۶
	کنترل	۲۵	۸/۱۴	۰/۳۱۶
مهارت های اجتماعی	آزمایش	۲۵	۱۰/۵۸	۰/۲۱
	کنترل	۲۵	۷/۸۹	۰/۲۱
علائق ضد اجتماعی	آزمایش	۲۵	۱۲/۳۵	۰/۲۹
	کنترل	۲۵	۱۱/۹۹	۰/۲۹
روابط خانوادگی	آزمایش	۲۵	۱۱/۶۴	۰/۲۷
	کنترل	۲۵	۷/۷۰	۰/۲۷
روابط مدرسه ای	آزمایش	۲۵	۱۱/۴۰	۰/۲۲
	کنترل	۲۵	۸/۰۰	۰/۲۲
روابط اجتماعی	آزمایش	۲۵	۱۱/۸۴	۰/۲۲
	کنترل	۲۵	۸/۲۰	۰/۲۲

با توجه به جدول فوق، میانگین نمره های مؤلفه های نقش اجتماعی، مهارت های اجتماعی، روابط خانوادگی، روابط مدرسه ای و روابط اجتماعی بعد از مداخله در دانش آموزان گروه آزمایش نسبت به دانش آموزان گروه کنترل به طور معنی داری بیشتر بود ($p < 0/05$).

با توجه به یافته های بدست آمده، فرضیه دوم پژوهش تأیید می شود و نتیجه گرفته می شود که مشاوره گروهی به شیوه شناختی- رفتاری بر مولفه های سازگاری اجتماعی دانش آموزان تأثیر مثبت دارد.

بحث و نتیجه گیری

هدف پژوهش حاضر مشاوره گروهی به شیوه شناختی- رفتاری بر سازگاری اجتماعی دانش آموزان پسر است. نتایج تحلیل کوواریانس نشان می دهد که مشاوره گروهی شیوه شناختی- رفتاری بر سازگاری اجتماعی

دانش آموزان تأثیر مثبت دارد. همچنین برای تأثیر مشاوره گروهی به شیوه شناختی- رفتاری بر مولفه های سازگاری (نقش اجتماعی، مهارت های اجتماعی، علائق ضد اجتماعی، روابط خانوادگی، روابط مدرسه ای و روابط اجتماعی) از تحلیل کوواریانس استفاده شد. نتایج تحلیل کوواریانس نشان داد که مشاوره گروهی به شیوه شناختی- رفتاری بر مولفه های نقش اجتماعی، مهارت های اجتماعی، روابط خانوادگی، روابط مدرسه ای و روابط اجتماعی تأثیر مثبت دارد. نتایج فرضیه این پژوهش با پژوهش های نوابی نژاد (۱۳۸۳) در پژوهش خود به این نتیجه دست یافت که راهنمایی و مشاوره و فنون خدمات آن به عنوان مهم ترین وسیله کمک به افراد در شناخت خود و محیط کار و سازگاری بیشتر در زندگی است و رشد مطلوب ذهنی، عاطفی، اجتماعی و معنوی فرد را تسهیل می نماید (احقر، ۱۳۸۸). شفیع نیا و حسینیان (۱۳۸۶) در پژوهش اثربخشی مشاوره گروهی با

نیازها و مشکلات دانش آموزان و شناسایی ضرورت مشاوره، هسته های مشاوره در ادارات کل آموزش و پرورش، نتایج تحقیقات صورت گرفته را در اختیار مشاورین مدارس قرار دهند.

منابع

- اتکینسون، ریتال؛ اتکینسون، ریچارد. س و هیلگارد، ارنست. ر. (۱۹۹۹). زمینه روان‌شناسی. ترجمه محمدنقی برهانی و همکاران (۱۳۷۸). تهران: انتشارات رشد.
- احقر، قدسی. (۱۳۸۸). اثربخشی مشاوره گروهی با رویکرد شناختی - رفتاری بر سلامت روان دانش‌آموزان دختر. اندیشه و رفتار، ۱۴(۴): ۷-۱۴.
- اسلامی نسب، علی. (۱۳۷۳). روانشناسی سازگاری. تهران: چاپ‌ونش
- جعفری، اصغر؛ صدری، جمشید و فتحی اقدم، قربان. (۱۳۸۶). رابطه دینداری و کارایی خانواده با سلامت در دانشجویان. تازه‌ها و پژوهش‌های مشاوره، ۱۱۵-۱۰۷.
- حجاری، سارا. (۱۳۸۴). بررسی اثربخشی آموزش گروهی حل مساله بر میزان سازگاری اجتماعی زنان مبتلا به اختلال دوقطبی شهرستان اصفهان، پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد روانشناسی دانشگاه اصفهان.
- رحیم‌نیا، محسن و رسولیان، مریم. (۱۳۸۵). مقایسه مکانیسم‌های سازگاری نوجوانان، کانون اصلاح و تربیت و نوجوانان دبیرستانی. مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران، ۱۲، ۲۹-۴۴.
- شفیعی نیا، اعظم و حسینیان، سیمین. (۱۳۸۶). بررسی اثربخشی مشاوره گروهی با روش شناختی - رفتاری بر

روش شناختی - رفتاری بر تعارضات زناشویی، نتایج نشان داد که مشاوره شناختی - رفتاری توانسته است میزان تعارضات زناشویی را به طور معناداری کاهش دهد. کیایی (۱۳۷۴) در بررسی خود پیرامون مقایسه تاثیر روش‌های مشاوره فردی و گروهی دانشجویان دختر دو نتیجه کلی گزارش نموده است: اول اینکه روش‌های مشاوره فردی و گروهی بطور معنی‌دار در کاهش میزان اضطراب دانش‌آموزان تاثیر دارد. دوم اینکه در اثربخشی روش‌های مشاوره فردی و گروهی در میزان کاهش اضطراب دانشجویان دختر تفاوت معنی‌دار وجود ندارد.

فرانکلین، مور و هاپسون^۱ (۲۰۱۲) رویکرد مشاوره گروهی شناختی-رفتاری را برای درمان مشکلات رفتاری دانش‌آموزان در محیط مدرسه در ۷ جلسه به کار گرفتند و نتایج حاکی از بهبود مشکلات درونی و بیرونی گروه آزمایش بود. لیبر و ون ویدفلت^۲ (۲۰۰۸) تحقیقی با هدف مقایسه درمان به شیوه شناختی رفتاری به صورت گروهی و انفرادی کودکان ۸-۱۲ ساله انجام داده‌اند. نتایج بدست آمده بیان گر این بود که کودکان به هر دو شیوه درمان شناختی رفتاری انفرادی و گروهی درمان می‌شدند انتخاب شیوه درمان به صورت گروهی و انفرادی وابسته به ملاحظات عملی نظیر منابع درمان تعداد مراجعان و نظر کودکان و اولیا دارد. اسپنس^۳ و همکاران (۲۰۰۶) با هدف بررسی آموزش به شیوه شناختی رفتاری والدین از طریق اینترنت یک طرح آزمایش را اجرا کرده‌اند. نتایج تحلیل آماری نشان داد که آموزش از طریق اینترنت والدین بطور معناداری بیشتر بر کاهش اضطراب کودکان تاثیر داشته است همخوانی دارد. پیشنهاد می‌شود به منظور آگاهی از

¹ Franklin, C., Moore, K., & Hopson, L

² Libor, juliettem, vanwidenfelf, Brigitm

³ Spence

- Franklin, C., Moore, K., & Hopson, L. (2012). effectiveness of solution- focused brief therapy in a school setting, *Children and Schools*, 30(1), 15-26.

- Halperin, S. Nathatn, P. Drummond, P. Castle, D. (2002), A cognitive behavioral group – based intervention for social anxiety in schizophrenia. *Australian and News land journal of psychiatry*, 36, 35-47.

- Hawton, k. (1989), cognitive behavioral therapy for psychiatric problems. A practical guide. Oxford university press.

- Libor, juliettem, vanwidenfelf, Brigitm. (2008). Nodifferences between Group versus In dividual treatment of childhood Anxiety Disorder in a Randomised clinical trial . www.ERIC.Edu.ORG

- Spence , Susanlt; Homes , jane; March, Sonia. (2006). The Feasibility out comes of clinic plus Internet Delivery of cognitive- Behavior Therapy for childhood Anxiety - journal of consulting and clinical psy chology . v74n3 p 674- 621 .jun 2006.

تعارضات زناشویی، پژوهشهای تربیتی و روانشناختی، ۸، ۱-۲۲

- شفیع آبادی، عبدالله. (۱۳۸۲)، پویایی گروه و مشاوره گروهی. تهران: انتشارات رشد.

- صدیقی، کاظم. (۱۳۸۰). بررسی میزان اثربخشی آموزش شناختی- رفتاری عزت نفس بر سازگاری اجتماعی دانش آموزان پسر پایه ی سوم دبیرستانهای نیشابور، پایان نامه ی کارشناسی ارشد دانشگاه اصفهان.

- کیایی، منصور (۱۳۷۴). بررسی و مقایسه تأثیر روش‌های مشاوره فردی و گروهی در کاهش میزان اضطراب دانش‌آموزان، پایان‌نامه کارشناسی‌ارشد، - (چاپ نشده)، دانشگاه تربیت معلم تهران.

- گیسون، میشل (۲۰۰۶)، زمینه راهنمایی و مشاوره. ترجمه باقر ثنایی. تهران: انتشارات بعثت

- مظاهری، اکرم،، باغبان، ایران،، و فاتحیزاده، مریم(۱۳۸۵). تأثیر آموزش گروهی عزت نفس بر میزان سازگاری اجتماعی دانشجویان، دو ماهنامه علمی-پژوهشی دانشور رفتار، ۱۳، ۵۶-۴۹

- نوابی نژاد، شکوه (۱۳۸۳)، نظریه‌های مشاوره و روان درمانی گروهی، تهران: انتشارات سمت .

- یمنی دوزی سرخابی، م. (۱۳۷۱). تحلیلی بر ناسازگاری دانش‌آموزان دوره ابتدایی، فصلنامه تعلیم تربیت، ۴، ۶۱-۷۷.

- Curry, F. J., Wells, C., & Karen. (2002). Cognitive- behavioral intervention for depressed substance- abusing adolescents: development and pilot testing. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 42, 565-665.

Quarterly Journal of Educational Psychology

Islamic Azad University Tonekabon Branch

Vol. 9, No. 2, Summer 2018, No 34



Journal of Educational
Psychology

Investigating cognitive-behavioral group counseling on improving students' social adjustment

Mohammad Tahan^{1*}, Fateme Farokhi², Seyyd Mehdi Sedighi²

- 1) Department of psychology, Birjand Branch, Islamic Azad University, Birjand, Iran
- 2) Department of psychology, Qaenat Branch, Islamic Azad University, Qaenat, Iran

*Corresponding author: t.mohammad2@gmail.com

Abstract

The aim of this study was to evaluate the effect of cognitive-behavioral group counseling on improving social adjustment of third grade male students in the second year of high school in the humanities through a quasi-experimental research method. The statistical population of all third grade male students in the second year of high school in the field of humanities in Mashhad in the year of study was 2016. Using random sampling, 50 students were selected and assigned to two experimental and control groups (25 in each group). Data were collected using the Clark et al. (1953) Social Adjustment Questionnaire. In this study, the reliability of the social adjustment questionnaire was 65.. Covariance analysis was used to analyze the data. The results showed that the effect of cognitive-behavioral group counseling on improving students' social adjustment is significant. According to the results, it can be concluded that if group counseling is applied in schools in a cognitive-behavioral manner, students will make significant progress.

Key words: Group counseling, cognitive-behavioral, social adjustment
