

بررسی اثربخشی برنامه روان درمانی تحلیل رفتار متقابل بر استرس تحصیلی و صمیمیت اجتماعی دانش آموزان پسر ناسازگار مقطع متوسطه اول شهرستان مبارکه

Investigating The Effectiveness Of Mutual Behavior Analysis Psychotherapy Program On Academic Stress And Social Intimacy Of Maladjusted Male Students Of The First Secondary Level Of Mobarake City.

Zahra Ziai Khanouye(responsible author)

Master's Degree In Educational Psychology, Mobarakeh
Branch, Islamic Azad University, Isfahan, Iran. Email:
Zahra.Ziaei.1990@Gmail.Com

Abas rohani

Department Of Educational Psychology, Islamic Azad
University, Mobarakeh Branch, Isfahan, Iran. Email:
Abas1345r@Yahoo.Com

زهرا ضیائی قهنویه (نویسنده مسئول)

کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی، واحد مبارکه، دانشگاه آزاد اسلامی،
اصفهان، ایران. Email: Zahra.ziaei.1990@gmail.com

عباس روحانی

استادیار گروه روانشناسی تربیتی دانشگاه آزاد مبارکه، اصفهان، ایران.

Email: Abas1345r@yahoo.com.

Abstract

Aim: The purpose of the research was to investigate the effectiveness of the interaction behavior analysis psychotherapy program on the academic stress and social intimacy of maladjusted male students of the first secondary level in Mobarakeh city. **Method:** A sample of 12 people was randomly selected from among 21 non-adjusted students in two groups of 6 based on Sinha and Singh's (1993) high school students' adjustment scale. The experimental group was exposed to the interactive behavior analysis training program in a group way for 10 sessions. The target groups were tested on two occasions based on dependent variables. **Results:** The results of data analysis with the help of multivariate covariance analysis showed that; The therapeutic approach of mutual behavior analysis had a significant effect on academic stress, but no significant effect was observed for the variable of social intimacy. **Conclusion:** It is suggested that this educational program be used to control the stress of maladjusted students in schools. In the context of the variable of social intimacy, the presence of people against incompatible students in the educational program is suggested.

Keywords: Transactional Analysis, academic stress, social intimacy, maladjusted student.

چکیده

هدف: این پژوهش با هدف بررسی اثربخشی برنامه روان درمانی تحلیل رفتار متقابل بر استرس تحصیلی و صمیمیت اجتماعی دانش آموزان پسر ناسازگار مقطع متوسطه اول در شهرستان مبارکه انجام شد. **روش:** از میان ۲۱ نفر جامعه دانش آموزان ناسازگار در سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۱ نمونه‌ای به حجم ۱۲ نفر در دو گروه ۶ نفره بر اساس مقیاس سازگاری دانش آموزان دبیرستانی سینها و سینگ (۱۹۹۳) به روش تصادفی انتخاب گردید. گروه آزمایش به مدت ۱۰ جلسه در معرض برنامه آموزشی تحلیل رفتار متقابل به شیوه گروهی بر اساس مطالعات عطادخت و همکاران (۱۳۹۵)، قرار گرفت. گروه‌های موردنظر طی دو نوبت بر اساس متغیرهای وابسته در معرض آزمون قرار گرفتند. **یافته‌ها:** نتایج حاصل از تحلیل داده‌ها به کمک نرم افزار آماری spss22 و آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیری نشان داد که؛ رویکرد درمانی تحلیل رفتار متقابل بر استرس تحصیلی اثر معنی‌داری داشته و این تاثیر در سطح کمتر از ۰/۰۵ معنی‌دار است. برای متغیر صمیمیت اجتماعی اثر معنی‌داری مشاهده نشد. **نتیجه‌گیری:** پیشنهاد می‌گردد این برنامه آموزشی جهت کنترل استرس دانش آموزان ناسازگار توسط مشاوران مدارس به کار گرفته شود. در زمینه متغیر صمیمیت اجتماعی، حضور افراد مقابل دانش آموزان ناسازگار مانند اولیای مدرسه و همکلاسی‌ها در برنامه آموزشی پیشنهاد می‌گردد.

کلید واژه: تحلیل رفتار متقابل، استرس تحصیلی، صمیمیت اجتماعی، دانش آموز ناسازگار.

مقدمه

دوره نوجوانی^۱ به دلیل رشد سریع و تغییرات ناگهانی و فوق‌العاده در ابعاد گوناگون اعم از جسمی، ذهنی، روانی، عاطفی، اجتماعی و فرهنگی به عنوان یک دوره حساس و مهم در رشد شخصیت نوجوان و کسب استقلال فردی و اجتماعی محسوب می‌شود. فقدان مهارت‌های مطلوب نوجوان در رویارویی با مشکلات زندگی و بحران این دوره که آن را دوران طوفان و فشار می‌نامند، سبب گردید تا این قشر از جامعه در تصمیم‌گیری، کنترل رفتار و مدیریت هیجان با ناهماهنگی، سردرگمی و ناسازگاری مواجه گردد. یکی از شیوه‌هایی که می‌تواند به جبران خلاء وجودی نوجوان که رفتار ناسازگارانه را پیش گرفته، کمک نماید، رشد شخصیت و توجه به ابعاد مختلف "من" با تکیه و تاکید بر روانشناسی مثبت‌گرا است. در این خصوص رویکرد تحلیل رفتار متقابل^۲ با بررسی بازدارنده‌های پیش روی نوجوان که از مدرسه، خانواده و اجتماع به عاریت گرفته است، با مرور بازی‌های صورت گرفته در روابط نوجوان با دیگران و با تاکید بر برقراری رابطه موثر با افراد و اطرافیان و پذیرش نقش خود در قالب "من بالغ" می‌تواند زمینه ظهور و بروز رفتارهای عاقلانه، مثبت و هدفمند را در نوجوانان فراهم نموده و منجر به زندگی شاد و خالی از استرس و نگرانی گردیده، صمیمیت اجتماعی نوجوان را در روابط پیشرو فراهم نماید. ناسازگاری کودکان و نوجوانان در محیط آموزشی، بحث‌های زیادی را به خود اختصاص داده است. رفتارهای ناسازگارانه^۳ رفتارهایی هستند که با نظر والدین، معلمان و کادر آموزشی، مدرسه‌همخوانی ندارند. اطرافیان، احساس ناخوشایندی نسبت به رفتار آنها دارند. صفت‌ها و رفتارهایی که معلمان در مدرسه آنها را رفتار ناسازگار تلقی می‌کنند، عبارتند از؛ پرخاشگری، گستاخی، نداشتن حیا و شرم در حضور دیگران، حاضر جوابی، بهانه‌گیری و توجیه، گوشه‌گیری و بی‌اعتنایی، دروغ‌گویی، بی‌نظمی، قانون شکنی و بی‌احترامی به دیگران. گاهی اوقات قلدری، کینه جویی و زیر پا گذاشتن حقوق دیگران نیز در بین این دسته از نوجوانان دیده می‌شود. اینگونه رفتارها به دلایل مختلفی در نوجوانان ایجاد می‌شود که می‌تواند وابسته به عوامل محیطی، ژنتیکی، روانی، اجتماعی، عاطفی و از همه مهمتر تربیتی باشد. محیط آموزشی با عدم توجه به جنبه‌های فردی و اجتماعی کودک و نوجوان می‌تواند منبع بروز ناهماهنگی زندگی تحصیلی دانش‌آموز باشد. دانش‌آموزی که به دلایل گفته شده در بالا دارای رفتار ناسازگارانه است در زمینه مواردی مانند استرس تحصیلی و صمیمیت اجتماعی، نسبت به گروه همسالان خود دچار مشکلات شدیدتر و حادث‌تری می‌باشد. استرس^۴ از جمله پدیده‌های است که ورود آن به زندگی انسان قبل از تولد شروع می‌شود و تا هنگام مرگ، با ضعف و قوت‌های مختلف ادامه دارد و همچون آفتی بزرگ ابعاد مختلف زندگی، از جمله فعالیت‌ها و تصمیمات شغلی و تحصیلی را تحت تاثیر قرار می‌دهد. گروهی از صاحب‌نظران استرس را بیماری شایع قرن نامگذاری نموده‌اند. این دوران، عصر استرس و فشارهای عصبی است. دوره‌ای که در آن انسان بیش از هر زمان دیگری در معرض عوامل ایجاد استرس قرار گرفته و مسائل و مشکلات بیشماری از هر طرف او را احاطه نموده است. استرس را میتوان جزء لاینفک زندگی بشر و اساس زندگی او دانست. نوجوانان نیز گاهی اوقات همانند بزرگسالان استرس را در زندگی روزمره خود تجربه می‌کنند. اغلب نوجوانان هنگامی که با موقعیت خطرناک، دشوار یا دردناک روبه‌رو می‌شوند و امکاناتی برای مقابله ندارند، استرس زیادی را تجربه نموده و در سازگاری با موقعیت

1 -Adolescence

2 - Transactional Analysis

3 -Incompatible

4 -Stress

های جدید ناتوانند. این استرس در زمان تحصیل و دوران دانش‌آموزی به دلیل توقعات بیش از حد والدین از آنها برای موفق شدن به کسب نمره بالا فراگیر است (هویزای و عنایتی، ۱۳۹۵).

صمیمیت^۱ نیز یکی از ویژگی‌های مهم روابط بین فردی در اوایل بزرگسالی است. اریکسون^۲ تکالیف صمیمیت را در گذر از مرحله نوجوانی به بزرگسالی به عنوان عامل کلیدی میدانست. به اعتقاد برک^۳ (۲۰۰۶)، صمیمیت در روابط بین فردی نزدیک مثل رابطه با والدین، دوستان نزدیک و همسر دیده می‌شود. صمیمیت ظرفیتی برای باز بودن دوسویه، مشارکت در روابط با دیگران و اعتماد متقابل است. توانایی برقراری روابط صمیمانه با دیگران یکی از عوامل کلیدی در بهزیستی روانی افراد به شمار می‌رود. از نشانه‌های داشتن توانایی صمیمیت تمایل برای شرکت در تعامل‌های نزدیک، گرم، ارتباطی و متعهد است که نقش اساسی در زندگی موفق و پربار فرد ایفا می‌کند (کاظمی و همکاران، ۱۳۹۷).

در جهت کمک به دانش‌آموزان ناسازگار و هدایت آنها به سمت رفتارهای بهنجار، خودکنترلی و خویشتن‌داری، نظریه‌ها و راهبردهای متفاوت در حوزه مشاوره و روانشناسی وجود دارد یکی از این راهبردها نظریه تحلیل رفتار متقابل است. نظریه تحلیل رفتار متقابل نظریه‌ای در مورد شخصیت و روش منظمی برای روان‌درمانی به منظور رشد و تغییر شخصی است، که توسط اریک برن^۴ ارائه شده است. شیوه تحلیل ارتباط محاوره‌ای روشی عقلانی است که فرد را در تجزیه و تحلیل و درک رفتار خویش و همینطور در کسب آگاهی و قبول مسئولیت با توجه به آنچه که در زمان حال اتفاق می‌افتد یاری می‌دهد. چنین تحلیلی در چهار زمینه اتفاق می‌افتد. تحلیل سازه‌ای یا تحلیل شخصیت فرد، تحلیل رفتار متقابل یا تحلیل رابطه فرد با دیگری و روابط بین افراد، تحلیل بازی‌ها یا تحلیل رفتار متقابل پنهانی که برای فرد دارای بازدهی و نتیجه است و تحلیل نمایشنامه و پیش‌نویس زندگی یا تحلیل داستان خاص زندگی فرد که او بازیگر اصلی آن است. در واقع وظیفه اصلی مشاور معتقد به تحلیل تعاملی آن است که مهارت‌هایی را برای علاقه‌مندان ایجاد کند که آنها را به سوی شرایطی هدایت نماید که در آن بتوانند روابط خود را تحلیل و نتایج آن را مشاهده نمایند (سلامت، زمانی و الهیاری، ۱۳۹۶).

نتایج پژوهش‌ها و تحقیقات قبلی نشان می‌دهد که این برنامه روان‌درمانی در بهبود رفتارهای مسئله‌دار در زندگی افراد و حل مشکلات زناشویی و مهارت‌های ارتباطی کارساز بوده است. نتایج پژوهش متولی (۱۳۹۷)، با عنوان اثربخشی روان‌درمانگری گروهی با رویکرد تحلیل رفتار متقابل بر راهبردهای مقابله با استرس و تاب‌آوری دانشجویان موسسه آموزش عالی کاوش محمودآباد نشان داد که روان‌درمانی گروهی با این رویکرد باعث افزایش سطح تاب‌آوری گردیده و بر راهبردهای مقابله با استرس اثر معنی‌داری داشته است. در پژوهش سردار پور و زرگر، بساک‌نژاد و مهرابی زاده هنرمند (۱۳۹۸)، بر روی دانش‌آموزان پسر دانشگاه شهید چمران اهواز نتایج تحقیق نشان داد که درمان تحلیل تبادلی باعث افزایش صمیمیت اجتماعی و افزایش راهبرد مقابله‌ای مسئله‌مدار با فشار روانی در گروه آزمایش شده است. فرهنگی و آقا محمدیان شعرباف (۱۳۹۰)، به بررسی تأثیر روان‌درمانی گروهی با رویکرد تحلیل رفتار متقابل در شیوه‌های رویارویی با استرس نوجوانان پرداختند. در این مقاله که بر روی دانش‌آموزان دبیرستان‌های مشهد انجام شد نتایج نشان داد این روش با احتمال ۹۵ درصد بر شیوه‌های رویارویی نوجوانان موثر بوده و موجب کاهش هیجان‌مداری و

1- Intimacy

2- Ericsson

3- Burke

4- Eric Byrne

افزایش مسئله مداری هنگام مقابله با استرس نوجوانان شده است. نظام آموزش و پرورش با به کارگیری راهبرد های مداخله ای موثر می تواند زمینه رشد و توسعه فردی این دانش آموزان را فراهم نموده و ارتباط آن ها را با محیط اطراف مساعد و سازنده نماید. در این راستا به کارگیری مشاوران توانمند و استفاده از راهکارهای مشاوره ای در حوزه روان درمانی می تواند مفید و موثر باشد. یکی از این راهکارها توسل به نظریه های مشاوره و روان درمانی در حوزه تحلیل رفتار متقابل به صورت گروهی و انتقال جنبه های مثبت این رویکرد به دانش آموزان ناسازگار می باشد تا توانایی سازگاری آنها با موقعیت های مختلف محیطی و آموزشی افزایش یابد. رویکرد تحلیل تبادلی به عنوان روشی برای ارتقا و بهبود روابط بین فردی، درک تجزیه و تحلیل رفتار، افزایش آگاهی و قبول مسئولیت، با توجه به آنچه که در زمان حال اتفاق می افتد و کاهش میزان استرس و توانایی سازگاری با موقعیت های جدید، افزایش انعطاف پذیری و تاب آوری و توجه به مولفه صمیمیت و برقراری رابطه موثر در بین همسالان و اجتماع، روش مفید و ارزشمند بوده و در جهت توانمندسازی نوجوانان ضروری و با اهمیت به نظر می رسد. هدف از پژوهش حاضر بررسی اثربخشی روان درمانی مبتنی بر رویکرد تحلیل رفتار متقابل به شیوه گروهی بر استرس تحصیلی و صمیمیت اجتماعی دانش آموزان پسر ناسازگار دوره متوسطه اول شهرستان مبارکه می باشد. سوالی که ذهن محقق را به خود مشغول نموده این است که؛ آیا روش درمان مبتنی بر رویکرد تحلیل رفتار متقابل به شیوه گروهی بر استرس تحصیلی و صمیمیت اجتماعی دانش آموزان پسر ناسازگار متوسطه اول در شهرستان مبارکه تاثیر دارد؟

روش

پژوهش حاضر از نظر هدف، تحقیق کاربردی نتیجه گرا و از نظر نحوه گردآوری اطلاعات و داده ها، نیمه آزمایشی میدانی است. نوع طرح به صورت دو گروهی پیش تست-پس تست با گروه کنترل میباشد. گروه آزمایش در معرض کاربندی آزمایشی درمان تحلیل رفتار متقابل به شیوه گروهی قرار گرفته و گروه گواه بدون کاربندی مورد مشاهده و سنجش قرار می گیرد. جامعه این تحقیق عبارت است از کلیه دانش آموزان ناسازگار پسر در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ در مقطع متوسطه اول که در مدارس دارای مشکلات تحصیلی و ارتباطی بوده و توسط معلمان، به مشاوران مدارس و از آنجا به مرکز خدمات روانشناختی اداره کل آموزش و پرورش شهرستان مبارکه ارجاع داده شدند. تعداد این دانش آموزان ۲۱ نفر بود. حجم نمونه شامل ۱۲ نفر از دانش آموزان ناسازگار ارجاع داده شده به مرکز خدمات روان شناختی که بر اساس پرسشنامه سنجش میزان سازگاری دانش آموزان دبیرستانی سینک و سینک^(۱۹۹۳)، نمره بالاتر از نقطه برش (۳۰) به دست آوردند. ملاک ورود اعضا به گروه نمونه عبارتند از؛ ۱- از طریق مشاور مدرسه به مرکز روانشناختی اداره کل آموزش و پرورش شهرستان مبارکه به عنوان دانش آموز ناسازگار ارجاع داده شده باشد. ۲- از آزمون سینک و سینک در زمینه میزان ناسازگاری نمره بالاتر از نقطه برش (۳۰) کسب کرده باشد. ۳- در مقطع متوسطه اول در حال تحصیل باشد. ۴- همزمان با اجرای برنامه آموزشی تحت تاثیر دارو یا نظارت روانپزشکی یا خدمات مشاوره ای موازی نباشد. ۵- دانش آموز پسر باشد. ملاک های خروج عبارتند از؛ ۱- شرکت در هرگونه مداخله درمانی همزمان. ۲- در جلسات آموزش گروهی حداقل دو جلسه غیبت داشته باشد. ۳- تمایل به ادامه روند اجرای برنامه آموزش نداشته باشد یا والدین وی در این خصوص تغییر عقیده دهند و مانع از حضور فرزند خود در جلسات آموزشی گردند...

ابزار

الف- پرسشنامه استرس تحصیلی گادزلا^۱(۱۹۹۱):

گادزلا (۱۹۹۱)، معتقد است که اصلی‌ترین و مهمترین نوع استرس در دانش‌آموزان، استرس تحصیلی است که توسط اولیا و مربیان به دانش‌آموزان وارد می‌شود. گادزلا ابزار سنجش استرس را با تأکید بر امور تحصیلی و واکنش به این موارد طراحی نمود. این پرسشنامه یک ابزار خودگزارشی مداد و کاغذی است که از ۵۱ سوال و بر اساس مدل نظری موریس^۲ (۱۹۹۰)، طراحی شده است. پنج طبقه عامل استرس را شامل ناکامی‌ها، تعارضات، فشارها، تغییرات و فاکتورهای خود تحمیلی و چهار بخش واکنش نسبت به عوامل استرس را شامل جسمانی، هیجانی، رفتاری و ارزیابی شناختی را می‌سنجد. این پرسشنامه به صورت یک نمره کل گزارش می‌شود. نمرات در یک مقیاس پنج درجه ای لیکرت از هرگز تا همیشه درجه بندی شده است. کمترین نمره در این مقیاس ۵۱ و بیشترین نمره ۲۵۵ است. نمره بیشتر از ۱۵۴ به عنوان استرس شدید و نمرات بین ۱۰۳ تا ۱۵۳ به عنوان استرس متوسط تعیین می‌گردد. روایی محتوای این پرسشنامه بر اساس فن پانل افراد متخصص در اختیار ده نفر از اساتید صاحب نظر قرار گرفته و مورد تایید واقع شد. پایایی این ابزار در پژوهش شکری و همکاران (۱۳۹۰)، ۰٫۸۰ گزارش شده است. سیرا و کاستلو^۳ (۲۰۰۸)، اعتبار آن را از طریق ضریب آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس‌ها به ترتیب ۰٫۶۵، ۰٫۶۳، ۰٫۷۱، ۰٫۷۵ و ۰٫۶۳ و پایایی کل را ۰٫۷۶ گزارش نموده اند (فراهانی و همکاران، ۱۳۹۰).

ب- پرسشنامه صمیمیت اجتماعی میلر و لفکورت^۴(MSI):

این مقیاس را میلر و لفکورت (۱۹۸۲)، برای ارزیابی صمیمیت دریافتی از روابط مختلف طراحی نمودند. پرسشهای مقیاس یاد شده به وسیله مصاحبه‌های سازمان یافته که در آن شرکت کنندگان به بحث درباره نقش صمیمیت در تمام روابط خود که شامل ارتباط با دوستان، آشنایان و اعضای خانواده می‌باشد، تدوین شد. این مقیاس در بر دارنده دو گروه پرسش می‌باشد که شش پرسش برای توصیف روانی صمیمیت و یازده پرسش دیگر به شدت صمیمیت تجربه شده در زمان کنونی اختصاص داده شده است. تمام سوالات مورد نظر بر روی یک مقیاس ۱۰ درجه ای لیکرت پاسخ داده می‌شوند. سوالات ۲ و ۱۴ به طور معکوس نمره گذاری می‌شوند. میلر و لفکورت (۱۹۸۲)، ضریب آلفای کرونباخ را در اجراهای گوناگون ۰٫۸۶ تا ۰٫۹۱ گزارش کرده اند. ضریب آلفای کرونباخ در یک بررسی مقدماتی که بر روی یک نمونه ۳۳۰ نفری شامل ۱۶۶ پسر و ۱۶۴ دختر انجام شد، ۰٫۷۶ به دست آمد. علاوه بر پایایی چندین نوع روایی نیز مورد بررسی قرار گرفت. در بررسیها روایی افتراقی برای حجم نمونه ۴۵ نفر ۰٫۴۸، روایی سازه ۰٫۷۱ و روایی همگرا برای حجم نمونه ۲۵ نفر، مقدار آماره χ^2 برابر ۱۸٫۹ را گزارش نموده است (دانشور پور و همکاران، ۱۳۹۰).

ج- مقیاس سازگاری دانش‌آموزان دبیرستانی سینها و سینگ^۵ (۱۹۹۳):

این مقیاس توسط سینها و سینگ برای سنجش میزان سازگاری دانش‌آموزان ۱۳ تا ۱۸ ساله تهیه شده است. این پرسشنامه میزان سازگاری دانش‌آموزان را در سه حیطه عاطفی، اجتماعی و آموزشی می‌سنجد. فرم نهایی آزمون شامل ۶۰ سوال و برای هر حوزه ۲۰ سوال در نظر گرفته شده است. پاسخ‌ها به صورت بلی و خیر بوده و برای پاسخ خیر

1 - Godzilla Academic Stress Questionnaire

2 - Muris

3 - Sisera And Costello

4 - Miller and Lefcourt Social Intimacy Questionnaire

5 - Sinha and Singh High School Student Adaptability Scale

نمره صفر و به پاسخ بلی نمره یک تعلق می گیرد. این پرسشنامه برای جداسازی دانش آموزان سازگار از ناسازگار طراحی گردیده و نمره بالا دلیل بر ناسازگاری دانش آموزان است. در این پژوهش پرسشنامه مذکور بر روی دانش آموزان ارجاع داده شده به مرکز خدمات روانشناختی اداره کل آموزش و پرورش شهرستان مبارکه اجرا شد تا ناسازگاری دانش آموزان محرز و مشخص گردد. ضریب پایایی این آزمون به روش دو نیمه کردن ۰,۹۵ و آزمون مجدد ۰,۹۳ و کودر و ریچاردسون ۰,۹۴ گزارش شده است. این آزمون در مجموع از روایی و اعتبار بالایی برخوردار است (حاتمی فرد، کافی و خوش روش، ۱۳۹۵). پس از انتخاب تصادفی گروه آزمایش برنامه آموزشی تحلیل رفتار متقابل به شیوه گروهی بر اساس مطالعات عطادخت، جعفریان، بشر پور و نریمانی (۱۳۹۵)، در ۱۰ جلسه طراحی و اجرا گردید. محتوای جلسات آموزشی برگزار شده برای دانش آموزان ناسازگار در گروه آزمایش به شرح زیر است؛

۱- معرفی مشاور، معرفی مراجعان، هدف از تشکیل جلسه، بیان خلاصه از مفاهیم استرس و صمیمیت به روش بارش مغزی و سوال از مراجعان.

۲- بیان دستورالعمل استاندارد تحلیل رفتار متقابل و کار کردن روی قراردادهای درمانگری به زبان ساده، بیان جملات ناتمام و درخواست از اعضا برای کامل کردن آن به منظور بررسی نگرش و افکار منفی.

۳- تحلیل کنشی حالات کودک، والد و بالغ، تکلیف به آزمودنی ها در مورد ترسیم حالات آنی خود، بیان ویژگی های کودک مطیع، کودک طبیعی، والد گواه کننده، والد حمایت کننده، تقویت من بالغ، بازی کردن نقش والد سرزنشگر یا کودک کج خلق.

۴- تعریف رابطه متقابل، رابطه متقابل موازی، رابطه متقابل متقاطع، قوانین ایجاد رابطه، تکلیف به آزمودنی ها، بازی نقش و بیان فعالیت های واضح و آشکار در مدرسه.

۵- تعریف نوازش، نوازش کلامی، غیر کلامی، مثبت، منفی، شرطی، غیر شرطی، بحث در مورد روش های به دست آوردن نوازش و ارائه تکالیف و مثال به آزمودنی ها.

۶- چگونگی فعال بودن من بالغ، سازماندهی زمان، انزوا، مراسم و مناسک، وقت گذرانی ها، فعالیت ها، بازی های روانی، صمیمیت. تکلیف به آزمودنی ها، برنامه ریزی برای فعالیت منجر به صمیمیت.

۷- تشخیص تبادل های پنهانی، روابط مماسی، روابط مسدود کننده، بحث پیرامون تشخیص تبادل های پنهانی با ذکر مثال و بازی کردن نقش.

۸- توزیع مجدد بازی های روانی و رفع اشکالات، بیان وضعیت های زندگی (من خوب نیستم)، خنثی کنندگان والد، تکلیف به آزمودنی ها، خنثی کردن والد طرف مقابل، مثل حاشیه رفتن و سکوت در زندگی واقعی خود. صحبت کردن در مورد نقش خود در زندگی.

۹- به کارگیری مفهوم خود بالغ، برای بهبود روابط و وضعیت زندگی، بازی نقش برای من بالغ در هنگام استرس و صمیمیت اجتماعی. دادن تکلیف به دانش آموزان برای بازی در مدرسه با همسالان.

۱۰- آمادگی برای وداع با گروه، قراردادهای رفتاری، توجه به وضعیت زندگی و تحصیل، توجه به روابط با مسئولین مدرسه و همکلاسی ها، جمع بندی از مطالب و موضوعات ارائه شده.

با توجه به اینکه محقق قصد دارد تا تأثیر رویکرد درمانی تحلیل رفتار متقابل به شیوه گروهی را بر متغیرهای استرس تحصیلی و صمیمیت اجتماعی دانش آموزان پسر ناسازگار مقطع متوسطه اول مورد بررسی قرار دهد و در این بین اثر

متغیر تصادفی کمکی پیش تست را محدود نموده یا خنثی نماید، تا روایی بیرونی پژوهش به خطر نیفتد و اثر آمیخته پیش تست و کاربندی کنترل گردد، لذا به منظور کنترل اثر اندازه‌های پیش تست در طرح‌های پیش تست-پس تست از آزمون آماری تحلیل کوواریانس^۱ چند متغیری به کمک نرم‌افزار آماری SPSS ۲۲ استفاده شد.

یافته‌ها

جدول شماره ۱: آماره‌های توصیفی مربوط به متغیرهای پژوهش در دو گروه آزمایش و کنترل در موقعیتهای متفاوت اندازه‌گیری.

گروه	موقعیت اندازه‌گیری	متغیر	میانگین	انحراف استاندارد	کمینه	پیشینه	حجم نمونه
آزمایش	پیش‌آزمون	استرس تحصیلی	۱۳۷/۳۳	۲۳/۷۲۹	۱۱۵	۱۷۲	۶
		صمیمیت اجتماعی	۱۴۶/۶۷	۳/۸۳	۱۴۲	۱۵۱	
	پس‌آزمون	استرس تحصیلی	۱۲۶/۵	۲۳/۳۵۶	۱۰۴	۱۶۰	
		صمیمیت اجتماعی	۱۴۷/۸۳	۳/۹۲	۱۴۵	۱۵۵	
گواه	پیش‌آزمون	استرس تحصیلی	۱۵۱/۵	۱۸/۴۸	۱۲۰	۱۷۰	۶
		صمیمیت اجتماعی	۱۵۰/۵	۷/۶۸۸	۱۴۰	۱۶۰	
	پس‌آزمون	استرس تحصیلی	۱۴۷	۱۹/۰۰۵	۱۱۵	۱۶۵	
		صمیمیت اجتماعی	۱۴۹/۶۷	۵/۷۵	۱۴۴	۱۵۸	

با مشاهده جدول بالا می‌توان دریافت که؛

۱- حجم گروههای آزمایش و گواه با یکدیگر مساوی و ۶ نفر می‌باشد، که جمعا ۱۲ نفر در پژوهش شرکت کرده و در دو گروه آزمایش و گواه جای گرفته‌اند.

۲- در گروه آزمایش میانگین نمرات استرس تحصیلی در مرحله پیش آزمون ۱۳۷/۳۳ و در مرحله پس آزمون ۱۲۶/۵ بوده است که نشان می‌دهد، سطح توزیع نمرات این متغیر در مرحله پس آزمون کاهش یافته است. مشاهده مقادیر انحراف استاندارد در این دو مرحله اندازه‌گیری برای متغیر استرس تحصیلی تفاوت محسوسی را نشان نمی‌دهد.

۳- در گروه گواه میانگین نمرات استرس تحصیلی در مرحله پیش آزمون ۱۵۱/۵ و در مرحله پس‌آزمون ۱۴۷ بوده است. مشاهده مقادیر انحراف استاندارد در این دو مرحله در گروه گواه نیز برای متغیر استرس تحصیلی، از پراکندگی تقریبا یکسان توزیع نمرات این متغیر در گروه گواه حکایت دارد.

۴- از نظر متغیر صمیمیت اجتماعی در گروه آزمایش میانگین نمرات در مرحله پیش تست ۱۴۶/۶۷ و در پس آزمون ۱۴۷/۸۳ بوده است. این صفت در گروه گواه با میانگین ۱۵۰/۵ در مرحله پیش تست و میانگین ۱۴۹/۶۷ در مرحله پس آزمون قابل رؤیت می‌باشد.

۵- از نظر متغیر صمیمیت اجتماعی اندازه‌های کمینه و بیشینه در گروه آزمایش در مرحله پیش‌آزمون برابر ۱۴۲ و ۱۵۱ و در مرحله پس‌آزمون ۱۴۵ و ۱۵۵ می‌باشد. در گروه گواه مقادیر کمینه و بیشینه برای صفت در مرحله پیش‌آزمون ۱۴۰ و ۱۶۰ و در مرحله پس‌آزمون ۱۴۴ و ۱۵۸ می‌باشد.

به منظور بررسی فرضیه‌های مطرح شده از آزمون آماری تحلیل کوواریانس چند متغیری استفاده شده است. جهت اجرای این آزمون آماری رعایت مفروضه‌های زیربنایی ضروری است، لذا قبل از تحلیل داده‌ها، محقق موظف است تا

به بررسی مفروضه‌های زیربنایی این تحلیل پرداخته و در صورت تایید، فرآیند آزمون موردنظر را انجام دهد. بررسی مفروضه‌های زیربنایی تحلیل کوواریانس شامل آزمون نرمال بودن توزیع نمرات مشاهده شده، آزمون برابری واریانس خطای لون، بررسی میزان همبستگی بین متغیرهای کمکی یا همگام، مفروضه رابطه خطی بین متغیرهای وابسته و کمکی و مفروضه همگنی شیب‌های رگرسیون نشان داد که استفاده از تحلیل کوواریانس در این پژوهش مجاز بوده و هیچگونه مانع و محدودیتی مشاهده نشد. به منظور بررسی فرضیه‌های مطرح شده شامل ۱- رویکرد درمانی تحلیل رفتار متقابل به شیوه گروهی بر استرس تحصیلی دانش‌آموزان پسر ناسازگار مقطع متوسطه اول تاثیر دارد. ۲- رویکرد درمانی تحلیل رفتار متقابل به شیوه گروهی بر صمیمیت اجتماعی دانش‌آموزان پسر ناسازگار مقطع متوسطه اول تاثیر دارد. از آزمون آماری تحلیل کوواریانس چندمتغیری به شرح زیر استفاده شد.

جدول شماره ۲: آزمون اثرات بین‌موردی و نتایج تحلیل کوواریانس برای فرضیه اول.

منابع تغییرات	میانگین مجذورات	آماره F	درجه آزادی	سطح معنی‌داری	مجذور ایتای تفکیکی
پیش‌آزمون استرس تحصیلی	۴۴۵۱/۴۵	۴۸۸/۲۷	۱	۰/۰۰۰۵	-
گروه- پس‌آزمون استرس تحصیلی	۱۰۹/۹۹۴	۱۲/۰۶۵	۱ و ۹	۰/۰۰۷	۰/۵۷۳
خطا	۹/۱۱۷	-	۹	-	-

از مشاهده جدول بالا می‌توان دریافت که؛

با توجه به مقادیر **F** محاسبه شده برابر ۱۲/۰۶۵ و ۱ و ۹ درجه آزادی و سطح معنی‌داری کوچکتر از ۰/۰۵ (۰/۰۰۷)، اثر متغیر گروه پس از حذف اثر اندازه‌های پیش‌آزمون استرس تحصیلی برای متغیر استرس تحصیلی دانش‌آموزان ناسازگار مقطع متوسطه اول معنی‌دار است. بنابراین فرضیه اول پژوهش مبنی بر اینکه رویکرد درمانی تحلیل رفتار متقابل به شیوه گروهی بر میانگین نمرات استرس تحصیلی دانش‌آموزان پسر ناسازگار مقطع متوسطه اول در شهرستان مبارکه تاثیر معنی‌داری دارد، تایید می‌گردد. مجذور ایتای تفکیکی نشان می‌دهد که ۵۷/۳ درصد واریانس متغیر استرس تحصیلی در مرحله پس‌آزمون از روی برنامه روان درمانی تحلیل رفتار متقابل قابل تبیین است.

جدول شماره ۳: آزمون اثرات بین‌موردی و نتایج تحلیل کوواریانس برای فرضیه دوم.

منابع تغییرات	میانگین مجذورات	آماره F	درجه آزادی	سطح معنی‌داری	مجذور ایتای تفکیکی
پیش‌آزمون صمیمیت اجتماعی	۱۸۴/۲۲۲	۲۸/۶۱۳	۱	۰/۰۰۰۵	-
گروه- پس‌آزمون صمیمیت اجتماعی	۲/۰۵۵	۰/۳۱۹	۱ و ۹	۰/۵۸۶	۰/۰۳۴
خطا	۶/۴۳۸	-	۹	-	-

از مشاهده جدول بالا می‌توان دریافت که؛

با توجه به مقادیر **f** محاسبه شده برابر ۰/۳۱۹ و ۱ و ۹ درجه آزادی و سطح معنی‌داری بزرگتر از ۰/۰۵ (۰/۵۸۶)، اثر متغیر گروه بر صمیمیت اجتماعی دانش‌آموزان پسر ناسازگار معنی‌دار نیست و فرضیه دوم پژوهش رد و فرض صفر تایید می‌گردد. مجذور ایتای تفکیکی برای متغیر صمیمیت اجتماعی در مرحله پس‌آزمون کمتر از ۰/۱۴ بوده و به صفر نزدیک است، بنابراین برنامه روان درمانی تحلیل رفتار متقابل بر واریانس متغیر صمیمیت اجتماعی سهم بسیار ناچیزی

داشته و نمی‌تواند تغییرات متغیر صمیمیت اجتماعی در گروه دانش‌آموزان ناسازگار مقطع متوسطه اول را تبیین نماید. نتایج حاصل از تحلیل داده‌ها نشان داد که برنامه روان‌درمانی تحلیل رفتار متقابل بر متغیر استرس تحصیلی دانش‌آموزان پسر ناسازگار مقطع متوسطه اول در شهرستان مبارکه تاثیر معنی‌داری داشته ولی بر متغیر صمیمیت اجتماعی آنها تاثیرگذار نیست. لذا فرضیه اول پژوهش تایید و فرضیه دوم رد شد.

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج حاصل از تجزیه و تحلیل داده‌ها به کمک نرم‌افزار آماری نشان داد که؛

برنامه روان‌درمانی تحلیل رفتار متقابل بر متغیر استرس تحصیلی تاثیر معنی دار داشته ولی بر متغیر صمیمیت اجتماعی فاقد اثر معنی دار است. نتایج پژوهش حاضر با تحقیقات متولی (۱۳۹۷)، در زمینه کاربرد راهبردهای مقابله موثر با استرس و در نتیجه کاهش استرس، سوندا (۲۰۲۰)، کوکلیسا (۲۰۱۷)، فلوری و همکاران (۲۰۱۲)، کنگ (۲۰۱۰) و آماندسن (۲۰۱۰)، در زمینه کاهش میزان استرس اعضای گروه نمونه پس از استفاده از این رویکرد درمانی دارای همخوانی بوده و نتایج تحقیقات قبلی را تایید می‌کند. در این رابطه تحقیقی که عدم همخوانی را نشان دهد، یافت نشد.

در تبیین نتایج به دست آمده می‌توان گفت که؛ برنامه آموزشی تحلیل رفتار متقابل باعث رشد و تقویت من بالغ در نوجوانان ناسازگار گردیده و منجر به بهبود ارزیابی موقعیت‌ها تحت تاثیر این آموزش می‌گردد. بر اساس نظریه حالات من در رویکرد تحلیل رفتار متقابل می‌توان گفت که تا قبل از اجرای این برنامه آموزشی رفتار دانش‌آموزان ناسازگار در برخورد با مسائل پیرامون و ارتباط با اولیای مدرسه بر اساس حالت من کودک و به صورت هیجان‌مداری شکل گرفته است. در رویکرد تحلیل رفتار متقابل من بالغ همچون دانشمندی است که اطلاعات گذشته من والد را به روز رسانی کرده و از خلاقیت‌های دانش آموز بهره می‌گیرد. بنابراین رویارویی با موقعیت‌های استرس‌زا به خصوص استرس تحصیلی به من بالغ شخصیت سپرده می‌شود تا با قدرت تجزیه و تحلیل امور، پاسخ مناسب به محرک‌های اطراف بدهد. از آنجا که بر اساس این رویکرد بیشتر احساسات ناخوشایند مانند استرس مربوط به حالت من کودک می‌باشد، چرا که خود را در برخورد با حوادث پیرامون بازنده فرض می‌کند، بعد از آموزش و تغییر در کارکرد حالت‌های من و استفاده بهینه از بعد من بالغ استرس کاهش خواهد یافت. نتایج این پژوهش نیز نشان داد که رویکرد درمانی تحلیل رفتار متقابل توانسته است استرس تحصیلی را در پس‌تست کاهش دهد، بنابراین فرضیه اول پژوهش مورد تایید قرار گرفت.

در رابطه با متغیر صمیمیت اجتماعی مرور مطالعات قبلی و پژوهش‌های پیشین نشان می‌دهد که تحقیق حاضر با پژوهش‌های قبلی فاقد همخوانی بوده و نتایج تحقیقات قبلی را تایید نمی‌کند. در این زمینه توجه به نمونه‌های انتخاب شده و نحوه مشارکت افراد در برنامه آموزشی حائز اهمیت است. تحقیقات قبلی عمدتاً زوج‌های ناسازگار را دربرگرفته که هر دو طرف تبادل در پژوهش حضور داشته‌اند. در تبیین نتایج به دست آمده می‌توان گفت هر چند که آموزه‌های تحلیل رفتار متقابل با تقویت من بالغ، آموزش شیوه حل مسئله و تدوین قرارداد، موجب تفاهم بیشتر و کاهش بارزتر برای حل مسائل میان فردی می‌شود و با مجموعه قابلیت‌های عاطفی همچون توانایی آرام شدن و آرام کردن طرف مقابل، همدلی و همدردی و خوب گوش دادن را تقویت می‌کند و می‌تواند موجب افزایش مهارت صمیمیت اجتماعی گردد، اما ذکر این نکته ضروری است که صمیمیت اجتماعی یک مفهوم دو طرفه تبادلی و تعاملی است. در تحقیقات قبلی اکثر پژوهش‌های انجام شده در مقوله صمیمیت بر اساس کاربردی تحلیل رفتار متقابل بر روی زوج‌های ناسازگار

انجام شده است، یعنی دو طرف تبادل در معرض آموزش روان درمانی تحلیل رفتار متقابل قرار گرفته‌اند. در این پژوهش دانش آموز ناسازگار که با معلم، مربی، اولیای مدرسه و همکلاسی‌ها دچار مشکل شده است، به تنهایی در معرض آموزش قرار گرفته و طرف مقابل وی از این آموزش‌ها محروم بوده است. دانش آموز ناسازگار علیرغم طی نمودن این دوره و موفقیت در آن ولی کماکان با همکلاسی‌ها و اولیای مدرسه دچار مشکل است، زیرا آنها به رفتارهای قبلی و تجارب قبلی خود با دانش آموز ناسازگار می‌نگرند و می‌اندیشند. این امر باعث می‌شود تا نوجوان ناسازگار علیرغم تلاش برای ایجاد و بهبود صمیمیت به دلیل تلاش و کوشش یک طرفه در این فرآیند شکست بخورد.

با توجه به اقدامات انجام شده در این پژوهش محدودیتهای این تحقیق عبارتند از؛

این پژوهش در بین دانش آموزان ناسازگار پسر مقطع متوسطه اول در شهرستان مبارکه انجام شده است، لذا باید از تعمیم نتایج حاضر به دانش آموزان دختر در پایه‌های مختلف تحصیلی، سایر اختلالات جسمی و روانی و سایر شهرها و استانهای کشور خودداری گردد. در این روش از رویکرد روان درمانی تحلیل رفتار متقابل جهت کاهش آسیب و افزایش توانمندی استفاده شده است و سایر روش‌های آموزشی و روان درمانی را شامل نمی‌گردد. در این پژوهش صرفاً دانش آموزان ناسازگار تحت مطالعه و بررسی قرار گرفته و افراد مقابل آنها یعنی معلم، اولیا مدرسه، همکلاسی‌ها و والدین که ارتباط مکرر و پیوسته با دانش آموز داشته‌اند، در مطالعه وارد نشده‌اند. پیشنهاد می‌گردد؛ این پژوهش بر روی دانش آموزان ناسازگار دختر و سایر مقاطع تحصیلی نیز اجرا و نتایج آن با یکدیگر مقایسه شود. این پژوهش در سایر شهرها و استانهای کشور اجرا و نتایج آن با یکدیگر مقایسه گردد. در برنامه پژوهشی آتی چنانچه بر روی کودکان و نوجوانان ناسازگار کار می‌شود، افراد مقابل آنها در تحلیل تبادل و ارتباط متقابل مدنظر قرار گرفته و در پژوهش وارد شوند. نتایج تحقیق نشان داد که برنامه روان درمانی تحلیل رفتار متقابل بر استرس تحصیلی دانش آموزان پسر ناسازگار اثر معنی‌داری داشته است، لذا پیشنهاد می‌گردد در طول سال تحصیلی جهت کاهش استرس تحصیلی دانش آموزان دارای مشکل تحصیلی و استرس این برنامه روان درمانی اجرا و مورد بهره‌برداری قرار گیرد. این برنامه روان درمانی در برنامه درسی دوره تربیت معلم دانشگاه فرهنگیان ویژه مشاوران تحصیلی جهت آشنایی و توانایی آنها برای برخورد با دانش آموزان ناسازگار گنجانده شود.

منابع

- برن، اریک. (۱۹۷۰). بازی‌ها، روانشناسی روابط انسانی. ترجمه اسماعیل فصیح (۱۳۹۵). تهران: نشر ذهن‌آویز.
- حاتمی فرد، سیروس؛ کافی، سید موسی و خوش‌روش، وحید. (۱۳۹۵). اثربخشی آموزش مهارت حل مساله بر سازگاری و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان شهر سومعه سرا. مجموعه مقالات علوم انسانی. سال ۵، شماره ۴، ص ۸۳-۶۷.
- دانشورپور، زهره؛ اسماعیلی، تاجیک. شهرآرای، عزیزاله و دیگران. (۱۳۹۰). تفاوت‌های جنسیتی و سبک‌های هویت. مجله روانپزشکی ایران. دوره ۴، شماره ۱۳. ص ۴۰۴-۳۹۳.
- سردارپور، مسلم؛ زرگر، یدا..؛ بساک‌نژاد، سودابه و مهرابی زاده هنرمند، مهناز. (۱۳۹۸). اثربخشی درمان تحلیل تبدلی بر صمیمیت اجتماعی و راهبردهای مقابله با فشار روانی در دانشجویان. مجله دستاوردهای روانشناسی بالینی دوره سوم، سال ۲، شماره ۱، ص ۱۰۲-۸۵.

- سلامت، مانده؛ زمانی، احمدرضا و الهیاری، طلعت (۱۳۹۶). تاثیر آموزش مهارت‌های ارتباطی با استفاده از روش تحلیل رفتار متقابل بر کاهش تعارض زناشویی. روانشناسی کاربردی، دوره سوم، شماره ۳، ص ۲۹-۴۲.
- عطادخت، اکبر؛ جعفریان دهکردی، فاطمه؛ بشرپور، سجاد و نریمانی، محمد. (۱۳۹۵). اثربخشی آموزش تحلیل رفتار متقابل بر افزایش انعطاف‌پذیری شناختی و عملکرد خانواده، مجله شخصیت و تفاوت‌های فردی، ۸، ص ۲۵-۴۴.
- فراهانی، محمدتقی؛ شکوری، امیر؛ گراوند، فریبرز و دانش‌پور، زهره. (۱۳۹۰). تفاوت‌های فردی در استرس تحصیلی و بهزیستی ذهنی. مجله علوم رفتاری، دوره ۲، شماره ۴، ص ۲۹۷-۳۰۴.
- فرهنگی، فرهنگ و آقامحمدیان شهرباف، حمید رضا (۱۳۹۰). تاثیر روان درمانی گروهی با رویکرد تحلیل رفتار متقابل بر شیوه‌های رویارویی با استرس نوجوان. مجله مطالعات تربیتی و روانشناسی. دانشگاه فردوسی مشهد. دوره ۲، شماره ۷. ص ۶۲-۴۲.
- کاظمی، زینب؛ نشاط دوست، حمیدطاهر؛ کجباف، محمدباقر؛ عابدی، احمد؛ آقامحمدی، سمیه و صادقی، سعید. (۱۳۹۷). اثربخشی آموزش تحلیل رفتار متقابل بر صمیمیت اجتماعی دختران فراری. فصلنامه مطالعات اجتماعی و روانشناسی زنان، سال ۱۰، شماره ۳، ص ۱۶۲-۱۳۹.
- متولی، عاطفه. (۱۳۹۷). اثربخشی روان درمانگری گروهی با رویکرد تحلیل رفتار متقابل بر راهبردهای مقابله با استرس و تاب‌آوری دانشجویان. کنگره بین‌المللی علوم اسلامی، تهران، آذرماه ۹۷. ص ۹-۱.
- الوین، ام فرید. (۱۳۹۵). تحلیل رفتار متقابل برای نوجوانان و جوانان. ترجمه منصوره شریفی و حمید نمازیها. تهران: انتشارات فرا روان (تاریخ نشر به زبان اصلی، ۲۰۱۰).
- هويزایی، زهره و عنایتی، میرصلاح الدین. (۱۳۹۵). بررسی اثربخشی آموزش هوش هیجانی بر استفاده از روشهای رویارویی با استرس. یافته‌های نو در روان‌شناسی. دوره پنجم، شماره ۳، ص ۹۳-۱۰۷.
- Amundson NE. (2010). TA with elementary school children: A pilot study. Transactional Analysis Journal, 2003; 5(3): 250-252.
- Sundah, J.A. (2020) The Effectiveness of Transactional Analysis Counseling to Increase Self Esteem. International Journal of Scientific Research and Management, 6(4), 266-273.
- CookLisa, Caitlin.(2017). "The Influence of Parent Factors on Child Perfectionism: A CrossSectional Study". UNLV Theses, Dissertations, Professional Papers, and Capstones. 1551.
- Florio GA., Donnelly jp., zovon MA.(2012).the structure of psychological abuse reported by court-involved battered women, journal of interpersonal violence, 18(2), 857-871.
- Kong s. s. (2010). Amarital-relationship enhancement programfor couples: randomized cotrolled trail usa. Department of nursing. Soonchunhyang universify, chonan city. Konea. kongsun@ sch.ac.kn.35,991-995.
- Gadzella, BM .Baloglu, M.(۲۰۰۱). confirmatory factor analysis and internal consistaency of student-life stress inventory. J. instrucpsychol. (28): 84-94.

