

## مقاله پژوهشی

# اثر بخشی شناخت درمانی و واقعیت درمانی به روش گروهی بر کاهش افت تحصیلی دانش آموزان دختر بی سرپرست و بدسرپرست دوره راهنمایی

حسن غریبی<sup>۱</sup>، چنگیز رستمی<sup>۲\*</sup>، عدالت کریمیان<sup>۳</sup>، جلال غریبی<sup>۴</sup>، هیوا محمودی<sup>۵</sup>

<sup>۱</sup> استادیار گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه پیام نور تهران، تهران، ایران

<sup>۲</sup> کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، شبکه بهداشت و درمان شهرستان کامیاران، دانشگاه علوم پزشکی کردستان، سنندج، ایران

<sup>۳</sup> دانشجوی دکتری مشاوره شغلی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه علوم و تحقیقات تهران، تهران، ایران

<sup>۴</sup> دکترای تخصصی فلسفه تعلیم و تربیت، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه فرهنگیان تهران، تهران، ایران

<sup>۵</sup> استادیار گروه روانشناسی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد سقز، سقز، ایران

## چکیده

**مقدمه:** یکی از مهم ترین مسائل و مشکلات نظام های آموزشی افت تحصیلی است که آثار ناگواری از لحاظ مالی و نگرشی بر نظام آموزشی، خانواده و دانش آموزان به جای می گذارد. هدف از این مطالعه تأثیر مشاوره گروهی شناخت درمانی و واقعیت درمانی مشاوره گروهی بر افت تحصیلی دانش آموزان بی سرپرست و بد سرپرست در مدارس راهنمایی دخترانه بود.

**روش کار:** پژوهش حاضر تجربی از نوع پیش آزمون - پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری شامل کلیه دانش آموزان دختر بد سرپرست و بی سرپرست دارای افت تحصیلی مدارس راهنمایی شهرستان سقز در سال تحصیلی ۹۴-۹۳ بودند. تعداد ۴۵ نفر با استفاده از نمونه گیری هدفمند از بین دانش آموزان دارای افت تحصیلی انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و یک گروه کنترل جایگزین شدند گروه های آزمایش در معرض ۸ جلسه ۹۰ دقیقه ای واقعیت درمانی و شناخت درمانی طی دو ماه و هر هفته یک جلسه قرار گرفتند. جهت تحلیل داده ها از تحلیل کوواریانس چند متغیره و SPSS-22 استفاده شد.

**یافته ها:** نتایج تحقیق نشان داد آموزش شناخت درمانی با ۲۶ درصد و واقعیت درمانی با ۱۹ درصد افزایش نمرات دانش آموزان در امتحانات نوبت دو همراه بود و بر نمرات تکوینی و نوبت دوم دانش آموزان دختر بد سرپرست و بی سرپرست تأثیر معنادار داشت ( $p \leq 0/01$ ).

**نتیجه گیری:** از آموزش شناخت درمانی و واقعیت درمانی می توان برای بهبود وضعیت افت تحصیلی دانش آموزان بد سرپرست و بی سرپرست استفاده کرد.

**کلید واژه ها:** افت تحصیلی، شناخت درمانی، واقعیت درمانی

## اطلاعات مقاله

دریافت: ۱۳۹۵/۰۸/۲۶

پذیرش: ۱۳۹۵/۱۱/۲۳

## \*مؤلف مسئول

## چنگیز رستمی

ایران، سنندج، دانشگاه علوم پزشکی کردستان، شبکه بهداشت و درمان شهرستان کامیاران.

تلفن: ۰۹۱۸۱۷۰۸۵۲۰

## پست الکترونیک:

Rostamy\_ch59@yahoo.com



## Effectiveness Of Group Cognitive Therapy & Reality Therapy On Reducing Educational Failure On Orphan Students

Original Article

Hasan Gharibi<sup>1</sup>, Changiz Rostami<sup>2\*</sup>, Adalat Karimiyan<sup>3</sup>, Javad Gharibi<sup>4</sup>, Hiva Mahmoudi<sup>5</sup>

<sup>1</sup> Assistant professor, Faculty of Humanities, Payame Noor University, Tehran, Iran

<sup>2</sup> MSc in Psychology, Health Care System city of Kamyaran, Kurdistan University of Medical Sciences Sanandaj, Iran

<sup>3</sup> PhD student career counseling, Faculty of Education and Psychology, Islamic Azad University, Science and Research Branch, Tehran, Iran

<sup>4</sup> PhD in Philosophy of Education, Faculty of Education and Psychology, Farhangian University, Tehran, Iran

<sup>5</sup> Assistant Professor Department of Psychology, Faculty of Education and Psychology, Islamic Azad University, Saqez, Saqez, Iran

### Abstract

**Introduction:** One of the problems of educational systems is the subject of academic failure that have unpleasant financially and attitude result on the students and their family. This study examined the training effectiveness of group counseling cognitive therapy & reality therapy on reducing educational failure on the orphan students among the school students.

**Methods:** This research is an experimental study with a pretest and posttest and control groups were tested. Independent variable counseling cognitive therapy & reality therapy and dependent variable are educational failure. The population of study included all students who have educational failure in high school students in Saqqez city who have a bad family. Using a randomly selected sample of 45 and randomly in three groups of experimental and control. Experimental group for 8 sessions (1/30) hour training session cognitive therapy & reality therapy received every week of training and testing took about 2 months. The data collected by average score in formative and final. To show the difference between groups, were calculated the mean and standard deviation for the experimental and control group and Analysis of milt covariance was used for data analysis.

**Results:** The results showed that cognitive and reality therapy had a significant impact on developmental scores and the second, orphan and irresponsible girl.

**Conclusion:** Cognitive and reality therapy has an effect on reducing orphan and irresponsible girl student.

**Keywords:** academic failure, cognitive therapy, reality therapy

### Article Info

Received: Nove. 16, 2016

Accepted: Feb. 11, 2017

\*Corresponding Author:

Changiz Rostami

Health Care System city of  
Kamyaran, Kurdistan  
University of Medical  
Sciences Sanandaj, Iran

Tel: 09181708520

Email:

rostamy\_ch59@yahoo.com

### Vancouver referencing:

Gharibi H, Rostami CH, Karimiyan A, Gharibi J, Mahmoudi H. Effectiveness Of Group Cognitive Therapy & Reality Therapy On Reducing Educational Failure On Orphan Students. *Journal of Jiroft University of Medical Sciences* 2017; 3(1): 39-46.

## مقدمه

امروزه بدون شک، توجه بیشتر به امر تعلیم و تربیت، مهم‌ترین عامل پیشرفت فرهنگی، اجتماعی و اقتصادی است. تعلیم و تربیت، عهده آر ایجاد زمینه مناسبی جهت تسهیل و توسعه استعدادها و توانایی‌های افراد است. به این جهت است که بیشتر جوامع در تبیین هدف‌ها و اتخاذ روش‌های آموزشی، کلیه مساعی خود را به کار می‌برند. یکی از آفت‌های بزرگ تعلیم و تربیت هر نظامی که همه‌ساله به میزان زیادی، امکانات، منابع و استعدادهای بالقوه انسانی و اقتصادی را تلف می‌کند و اثرات غیرقابل جبرانی را در ابعاد فردی و اجتماعی به‌جا می‌گذارد، پدیده افت تحصیلی است (۱). افت تحصیلی به کاهش عملکرد از سطح رضایت‌بخش به سطحی نامطلوب گفته می‌شود (۲). پژوهشگران عوامل متعددی را در زمینه افت تحصیلی مؤثر دانسته‌اند (۳). خانواده اولین نهادی است که ارزش‌ها، هنجارها و رفتارهای اجتماعی در آن آموزش داده می‌شود، در صورت ایجاد اختلال در نظم خانواده کارکردهای آن نیز تحت تأثیر قرار می‌گیرند و در نهایت منجر به نابسامانی در خانواده می‌گردد. آنچه مسلم است خانواده نابسامان اثر مخرب فراوانی بر فرد و جامعه وارد می‌کند (۴). افت تحصیلی یکی از پیامدهای خانواده نابسامان و بد سرپرست می‌باشد و علاوه بر اتلاف منابع انسانی و مالی فراوان، تأثیر منفی بر بهزیستی ذهنی، روان‌شناختی و جسمانی دانش‌آموزان دارد (۵). در خانواده‌های نابسامان انکار، عدم ارضای نیازهای افراد، عدم انعطاف، فقدان صمیمیت، روابط نامطلوب، حاکمیت مقررات خشک، جنگ قدرت و نبود آزادی حاکم است (۵).

بسیاری از مشکلات تحصیلی ناشی از وضعیت روانی نامساعد و تصورات منفی نسبت به خود است. اینکه فرد چه تصویری از خود و استعدادها و توانایی‌هایش دارد در تعیین هدف و میزان موفقیت و شکست او مؤثر است (۶)، کودکان

چنین خانواده‌هایی اغلب باورها تحریف‌های شناختی در مورد خود دارند و در قبال وظایف خود مسئولیت‌پذیر نیستند. مطالعات پژوهشی عموماً، نشان می‌دهند که احتمال افت تحصیلی در مورد دانش‌آموزانی که مورد مشاوره قرار می‌گیرند کمتر از بقیه است و ارائه مداخلات روان‌شناسی بر حضور بیشتر دانش‌آموزان در کلاس و مدرسه و موفقیت تحصیلی آنان مؤثر است (۱).

امروزه شناخت‌درمانی در زمره یکی از مرسوم‌ترین شیوه‌های درمانی در سطح جهان قرار گرفته است. در شناخت‌درمانی راه‌های تازه‌ای برای تفکر و رفتار فرد آموخته می‌شود تا جان‌نشین روش‌های منفی اشتباهی او در رابطه با دنیا، آینده و خود او گردد. این روش کوتاه مدت و معطوف به حل مسائل جاری و زندگی فرد است (۷).

پیشینه پژوهش‌های مختلف حاکی از این است که شناخت‌مهمی در عواطف و رفتار انسان دارد و مداخلات شناختی نقش مهمی در تغییر شناخت، باورها و در نتیجه تغییر عواطف و رفتار افراد دارد بر اساس پژوهش‌های به عمل آمده شناخت‌درمانی در کاهش افسردگی (۸)، کاهش اضطراب امتحان (۹)، کاهش اجتماع‌هراسی (۱۰)، نگرش مثبت نسبت به خود مؤثر بود (۱۱) در واقع افت تحصیلی در دیدگاه بک ناشی از باورها و عقاید غیرمنطقی نسبت به رویدادها و رفتارهاست و برای درمان افت تحصیلی بهترین راه تغییر باورهای آن‌ها است (۱۲).

واقعیت‌درمانی<sup>۱</sup> گلاسر نیز یکی از مداخلات درمانی رایج در حوزه روانشناسی شناختی در راه توصیف انسان، تعیین قوانین رفتاری و چگونگی نیل به رضایت، خوشبختی و موفقیت محسوب می‌شود. در این شیوه درمان مواجه شدن با واقعیت، قبول مسئولیت، شناخت نیازهای اساسی، قضاوت اخلاقی درست بودن و یا نادرست بودن رفتار، تمرکز بر اینجا

<sup>۱</sup>.Reality therapy

نفر نباشد (۱۰) و با توجه به اهداف گروه و فنون مورد استفاده بر مبنای اصول شناخت درمانی و واقعیت درمانی، ۴۵ نفر از بین دانش‌آموزان دختر دارای افت تحصیلی انتخاب شدند. به این صورت که ابتدا لیست مدارس مشخص شدند و سپس به صورت تصادفی سه مدرسه انتخاب شدند، سپس به صورت هدفمند از هر مدرسه ۱۵ نفر انتخاب شدند و به صورت تصادفی در سه گروه (شناخت درمانی ۱۵ نفر)، (واقعیت درمانی ۱۵ نفر) و در گروه گواه ۱۵ نفر جایگزین شدند. برای سنجش افت تحصیلی از میانگین نمرات تکوینی، پایانی و نوبت دوم استفاده شد که به طور معمول در مدرسه برگزار می‌شد و هیچ‌گونه توجهی برای معلمان در زمینه تغییر سؤالات خود و یا روش تدریس و نحوه پرسش صورت نگرفت یعنی به طور عادی روال کار طی شد.

برای تجزیه و تحلیل داده‌ها نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۲ استفاده شد. در قسمت آمار توصیفی میانگین و انحراف معیار داده‌ها به دست آمد و در قسمت استنباطی از تحلیل کوواریانس چند متغیره استفاده شد.

### یافته‌ها

میانگین سنی افراد مورد بررسی در گروه آزمایش (۱/۶۰) ۱۵/۰۲ سال و در گروه کنترل (۱/۶۷) ۱۵/۰۷ سال بود. همان‌طور که در جدول شماره ۱ مشاهده می‌شود میانگین و انحراف استاندارد دو گروه آزمایش (شناخت درمانی و واقعیت درمانی) و گروه کنترل در پیش‌آزمون، تکوینی، پایانی و نوبت دوم ذکر شده است. قبل از انجام تحلیل کوواریانس پیش‌فرض نرمال بودن داده‌ها محقق شد سپس آزمون کوواریانس به عمل آمد.

همان‌طور که در جدول شماره ۲ مشاهده می‌گردد، مقدار لامبدای ویلکز برای دو گروه به ترتیب برابر با ۰/۴۷ و ۰/۴۸ می‌باشد که در سطح ( $P \leq 0/01$ ) معنی‌دار است و نشان‌دهنده وجود تفاوت بین گروه‌هاست. همچنین مقدار آزمون (Box's M test)  $F=14/23$  در سطح ( $P \geq 0/05$ ) معنی‌دار نیست و

و اکنون، کنترل درونی و در نتیجه نیل به هویت توفیق که ارتباط مستقیمی با عزت نفس دارد مورد تأکید است (۱۳). واقعیت‌درمانی یک نظام کنترل درونی است و چرایی و چگونگی انتخاب گزینه‌هایی که جهت زندگی ما را تعیین می‌کنند تشریح می‌کند (۱۴).

در پژوهش بروشک (۱۵) نشان داد که واقعیت‌درمانی به شیوه گروهی بر پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان مدارس شبانه‌روزی راهنمایی شهرستان قوچان اثربخش است. و در تحقیق نیکبخت (۱۶) در خصوص اثربخشی واقعیت‌درمانی گروهی بر افزایش انگیزش و کاهش اهمال‌کاری تحصیلی دانش‌آموزان نشان داد که این روش بر افزایش انگیزش تحصیلی تأثیر معناداری نداشته اما به طور معناداری موجب کاهش اهمال‌کاری تحصیلی گشته است.

تاکنون در زمینه افت تحصیلی تحقیقات زیادی در زمینه اثربخشی آموزش شناخت‌درمانی و واقعیت‌درمانی بر افت تحصیلی تحقیقات زیادی در دسترس نیست. با توجه به کمبود چنین تحقیقاتی در این زمینه ضرورت چنین تحقیقی احساس می‌شود. نتایج حاصل از این پژوهش می‌تواند در سازمان‌ها و مؤسسات مختلف آموزشی و درمانی مثل مراکز بهزیستی، دوره‌های آموزشی و مراکز آموزشی مورد استفاده واقع شود. بر این اساس دو فرضیه زیر در این مطالعه مورد آزمون قرار گرفت: ۱- شناخت درمانی موجب کاهش افت تحصیلی می‌شود. ۲- واقعیت‌درمانی موجب کاهش افت تحصیلی می‌شود.

### روش کار

پژوهش حاضر تجربی از نوع پیش‌آزمون- پس‌آزمون با گروه آزمایش و گواه بود. جامعه آماری شامل کلیه دانش‌آموزان دختر راهنمایی بدسرپرست و بی‌سرپرست شهرستان سقز بود که در سال تحصیلی ۹۴-۹۳ مشغول به تحصیل بودند. روش نمونه‌گیری در این پژوهش تصادفی چند مرحله‌ای بود. با توجه به اینکه بین اندازه گروه و عمق رابطه ارتباط وجود دارد لذا بهتر است اندازه گروه بیش از ۱۰ الی ۱۲

نشان دهنده برابری کوواریانس متغیرها در سه گروه است.

**جدول ۱:** شاخص‌های توصیفی نمره‌های آزمودنی‌های گروه‌های آزمایش و کنترل در دو گروه آموزشی (شناخت درمانی و واقعیت درمانی)

گروه	پیش‌آزمون	تکوینی	پایانی	نوبت دوم
	انحراف معیار $\pm$ میانگین	انحراف معیار $\pm$ میانگین	انحراف معیار $\pm$ میانگین	انحراف معیار $\pm$ میانگین
شناخت درمانی	۱۰/۷۷ $\pm$ ۰/۸۰	۱۲/۰۱ $\pm$ ۰/۹۹	۱۰/۱۱ $\pm$ ۱/۴۲	۱۱/۳۱ $\pm$ ۱/۱۹
واقعیت درمانی	۱۰/۹۰ $\pm$ ۰/۵۴	۱۲/۰۳ $\pm$ ۰/۶۵	۱۰/۰۲ $\pm$ ۱/۳۶	۱۱/۱۵ $\pm$ ۰/۸۷
کنترل	۱۱/۵۷ $\pm$ ۰/۶۴	۱۳/۳۱ $\pm$ ۰/۴۳	۱۰/۹۶ $\pm$ ۰/۷۵	۱۲/۲۹ $\pm$ ۰/۵۲
کل	۱۱/۰۸ $\pm$ ۰/۷۴	۱۲/۴۵ $\pm$ ۰/۹۴	۱۰/۳۶ $\pm$ ۱/۲۵	۱۱/۵۸ $\pm$ ۱/۰۲

**جدول ۲:** نتیجه آزمون تحلیل کوواریانس (مانکوا) در گروه شناخت درمانی و واقعیت درمانی

نام آزمون	مقدار	F	درجات آزادی	خطای درجات آزادی	سطح معنی‌داری
لامبدای	۰/۴۷	۹/۱۷	۳	۲۵	۰/۰۰
ویلکز	۰/۴۸	۸/۷۳	۳	۲۵	۰/۰۰

**جدول ۳:** نتایج تحلیل مانکوا در رابطه با تأثیر شناخت درمانی بر اکت تحصیلی

شاخص منبع تغییرات	شاخص منابع آماری	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	میزان F	سطح معناداری	ضریب اتا
پیش‌آزمون	تکوینی	۹/۸۶	۱	۴/۴۳	۳۹/۴۶	۰/۰۵۲۰	۰/۰۱۱
	پایانی	۱۶/۹۳	۱	۸/۴۲	۲۳/۵۷	۰/۰۴۸۰	۰/۰۲۱
	نوبت ۲	۱۲/۷۳	۱	۶/۳۲	۳۰/۶۸	۰/۰۳۲۱	۰/۱۲۰
گروه	تکوینی	۲/۴۲	۱	۱/۲۱	۹/۶۹	۰/۰۰۴	۰/۲۶۴
	پایانی	۳/۰۴	۱	۲/۰۲	۰/۴۵	۰/۰۰۱	۰/۵۹۰
	نوبت ۲	۰/۳۶	۱	۰/۱۸	۰/۸۶	۰/۰۰۱	۰/۵۳۰

**جدول ۴:** نتایج تحلیل مانکوا در رابطه با تأثیر واقعیت درمانی بر اکت تحصیلی

شاخص منبع تغییرات	شاخص منابع آماری	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	میزان F	سطح معناداری	ضریب اتا
پیش‌آزمون	تکوینی	۲/۲۸	۱	۱/۱۴	۹/۶۶	۰/۰۰۶۹	۰/۰۴۵
	پایانی	۱۴/۴۴	۱	۷/۲۲	۹/۴۴	۰/۰۷۶	۰/۰۰۴
	نوبت ۲	۶/۸۵	۱	۳/۴۳	۲۳/۷۱	۰/۰۶۱۰	۰/۱۹
عضویت گروهی	تکوینی	۵/۲۰	۱	۳/۱۰	۲۲/۰۵	۰/۰۰۱	۰/۴۵
	پایانی	۰/۰۸	۱	۰/۰۴	۰/۱۲	۰/۷۳۰	۰/۳۴
	نوبت ۲	۱/۹۰	۱	۱/۴۵	۶/۶۰	۰/۰۱۶	۰/۱۹

تجدید نظر کرده با آرامش بهتری به امور تحصیلی خود پردازند. پیامدهای مثبت در امور تحصیلی در تحقیقات کشاورز و همکاران (۱۷) مبنی بر نگرش مثبت نسبت به تحصیل و کاهش اضطراب امتحان (۹)، افسردگی و کاهش اضطراب (۲۰)، کاهش اضطراب امتحان و افزایش پیشرفت تحصیلی (۲۱) گزارش شده است.

یافته دیگر پژوهش بیانگر این بود که واقعیت در مانی باعث کاهش افت تحصیلی می‌شود. همسو با این نتایج، پژوهش‌های دیگری بیانگر اثربخشی واقعیت در مانی را بر افزایش عزت نفس (۲۲)، کاهش بحران هویت، کاهش اضطراب (۲۲) و مسئولیت‌پذیری و کاهش بحران هویت افراد (۲۳) نشان داده است. در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت که نقش مشارکتی دانش‌آموز در فرایند برنامه‌ریزی تحصیلی برای خود، عدم سرزنش و قاطعیت در برخورد با وی و نپذیرفتن عذر و بهانه و تلاش مداوم برای تهیه برنامه‌ای که عملی باشد، توجه به فرایند پیشرفت و تشویق مداوم وی به هنگام هر پیشرفتی (حتی مختصر) مؤثر بود. یافته‌های پژوهش حاضر در زمینه‌های نظری و کاربردی تلویحاتی در بردارند. از بعد نظری، مداخلات شناخت در مانی و واقعیت در مانی از طریق کاهش باورهای ناکارآمد دانش‌آموزان و افزایش مسئولیت‌پذیری آن‌ها در امور تحصیلی خود، مؤثر می‌باشد.

### نتیجه گیری

نتایج همچنین نشان داد که این دو رویکرد می‌تواند روش‌های مناسبی برای کاهش افت تحصیلی در نوجوانان باشد. بر مبنای یافته‌های این پژوهش برای کاهش افت تحصیلی نوجوانان بر استفاده از رویکردهای مشاوره‌ای تأکید می‌شود. همان‌طور که مشاهده شد استفاده از خود دانش‌آموزان به‌عنوان متخصص مشکل خود، باعث همکاری و رفع مشکل آنان می‌شود لذا بر استفاده و کاربرد این رویکردها تأکید دوباره می‌شود. لذا با توجه به اثربخش بودن رویکرد واقعیت در مانی

نتایج جدول (۳) نشان می‌دهد، با کنترل اثرات نمرات پیش‌آزمون، تفاوت بین گروه آزمایش (شناخت در مانی) و کنترل در نمرات تکوینی، پایانی و نوبت دوم در سطح  $(p < 0/01)$  معنی‌دار است و بیان‌کننده این مطلب است که آموزش شناخت در مانی بر نمرات تکوینی، پایانی و نوبت دوم مؤثر بوده است و با در نظر گرفتن ضریب اتا می‌توان نتیجه گرفت که  $0/26$  واریانس نمرات تکوینی،  $0/59$  واریانس نمرات پایانی و  $0/53$  واریانس نوبت دوم را تبیین می‌کند.

همان‌طور که در جدول (۴) مشاهده می‌گردد، با کنترل نمرات پیش‌آزمون، تفاوت بین گروه آزمایش (واقعیت در مانی) و کنترل در نمرات تکوینی و نوبت دوم در سطح  $(p < 0/01)$  معنی‌دار است و بیان‌کننده این مطلب است که آموزش واقعیت در مانی بر تکوینی و نوبت دوم مؤثر بوده است و با در نظر گرفتن مجذور اتا، می‌توان گفت  $0/45$  این تغییرات نمرات تکوینی ناشی از تأثیر آموزش واقعیت در مانی است همچنین می‌توان گفت  $0/19$  این تغییرات نوبت ناشی از تأثیر آموزش واقعیت در مانی است.

### بحث

هدف این مطالعه بررسی اثربخشی شناخت در مانی و واقعیت در مانی به روش گروهی بر کاهش افت تحصیلی دانش‌آموزان دختر بی سرپرست و بد سرپرست دوره راهنمایی بود. یافته‌ها نشان داد آموزش شناخت در مانی به شیوه گروهی باعث کاهش افت تحصیلی می‌شود. در این راستا ضریب اتا بیانگر این بود که  $26\%$  تغییرات در پس‌آزمون ناشی از آموزش بوده است. این یافته با نتایج پژوهش کشاورز و همکاران (۱۷)، صبحی قراملکی و همکاران (۹)، کاویانی و همکاران (۱۸) و اسمخانی اکبری نژاد و همکاران (۱۹) همسو می‌باشد. در تبیین این یافته به نظر می‌رسد که آگاهی دانش‌آموزان از باورهای نادرست و جایگزینی آن با باورهای درست و تأمل در مورد خطاهای شناختی جدید سبب می‌شود در رفتارهای خود

### تقدیر و تشکر

محققان از تمامی دست اندرکاران این مطالعه، اعم از دانش‌آموزان شرکت‌کننده، و معلمان و مدیران مدارس راهنمایی شهرستان سقز که در شکل‌گیری و انجام این پژوهش ما را یاری دادند، تشکر و قدردانی می‌نمایند. جهت اخذ کد اخلاق این مقاله در کمیته اخلاق دانشگاه علوم پزشکی جیرفت مطرح و با کد اخلاق IR.JMU.REC.1396.16 به ثبت رسیده است.

و شناخت‌درمانی پیشنهاد می‌شود این رویکرد توسط مشاوران و روانشناسان مورد استفاده قرار گیرد. دانش‌آموزان مورد مطالعه در این تحقیق حداقل کلاس اول و دوم راهنمایی بودند. لذا در تعمیم نتایج به دانش‌آموزان دارای تحصیلات ابتدایی و سایر پایه‌های راهنمایی و متوسطه محدودیت وجود داد. همچنین تحقیق حاضر بر روی دانش‌آموزان شهر سقز انجام گرفته و ممکن است در تعمیم نتایج به دانش‌آموزان مناطق دیگر دارای محدودیت باشد.

### References

- Gadwa K, Grigs SA. The school Dropout; Implication for counselors. *The School Counselor*, September. 1985; 33(1): 9-17.
- Biabangard E. Effectiveness of Lazarus Multimodal Therapy, Elice Rational Emotional Therapy and Relaxation on Decreasing Students Test Anxiety. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*. 2003;8(3): 36-42. (In Persian)
- Ferrari J R, Callaghan J, Newbegin I. Prevalence of procrastination in the United States, United Kingdom, and Australia: Arousal and avoidance delays among adults. *North American Journal of Psychology*. 2005; (7)3: 1-6.
- Ghaemi A. Family life system in Islam. 10<sup>th</sup> ed. Tehran: Parent-Teacher Association Publications; 2009. (In Persian).
- Farahani MN, Shokri O, Geravand F, Daneshvarpour Z. Individual differences in academic stress and subjective well-being: Role of coping styles. *International Journal of Behavioral Sciences*. 2009;2(4):297-304. (In Persian)
- Lotfabadi H. Educational Psychology. Tehran: Samt; 2006. (In Persian).
- Kaplan HI, Sadock BJ. Comprehensive glossary of psychiatry and psychology. New York: Williams & Wilkins; 1991.
- Rezaei S, Bazarganiyan N, Jahangirpoor M, Tousy H. Effectiveness of group Cognitive Therapy (CT) in reducing depression, anxiety and perceived stress in men with HIV. *Scientific-Research Journal of Shahed University*. 2015;22(116):23-35.
- Sobhi Gharamaleki N; Rasoolzade Tabatabayee K; Azad Fallah P; Fathi Ashtiyani A. Comparing the efficacy of cognitive therapy and study skills training in the treatment of students with test anxiety. *Journal of Psychology*. 2008; 3(11): 37-60.
- Mahmoudi GH, Ghafarzadeh E, Âzimi H, Heydari J. Studying the effect of cognitive therapy on the Social phobia among highschool boys in Kashan province in 1999. *Journal of Mazandaran University of Medical Sciences*. 2005; 15(46): 103-10. (In Persian)
- Kilkus SP. Self-assertor and nurses a different voice. *Nursing Outlook*. 1990; 38(3): 143-5.
- Shafiabady A. Groups of Dynamic and group counseling. Tehran: Roshd; 2009.
- Moradi Shahrababak F, Ghanbari Hashem Abad A, Aghamohammadian Sheerbaf HR. Effects of reality therapy in group method to enhance the self-esteem of students at Ferdowsi University of Mashhad. *Studies in Education and Psychology*. 2011; 11(2): 227-38.
- Hosseinpour M, Darvishi T, Soudani M. The effect of training responsibility using glassers reality therapy method in reducing identity. 2010; 5(13): 97-106.
- Moharreri F, FakoorZiba M, Asgharipour N. Effectiveness of group rational-emotive-behavior education on reducing identity crisis and increasing happiness among male adolescents in boarding school dormitory. *Journal of Fundamentals of Mental Health*. 2014;16(63): 213-21.
- Nikbakht E, Abdekhodae MS, Hassanabadi H. Effectiveness of reality therapy group counseling program on academic motivation and procrastination. *Research in Clinical Psychology and Counseling*. 2012;3(2):81-94.
- Keshavarz Gh, Baghban I, Fatehzadeh M. Effects of cognitive group counseling on changing attitude toward education. *Journal of Psychology*. 2005; 9(1): 51-66. (In Persian)



18. Kaviani H, Hatami N, Shafieabadi A. The impact of mindfulness-based cognitive therapy on the quality of life in non-clinically depressed people. *Advances in Cognitive Science* ;10(4): 39-48.(In Persian)
19. Etemadi A, Nasirnejhad F, Smkhani akbarinejhad H. Effectiveness of group reality therapy on the anxiety of women. *Quarterly Journal of Psychological Studies*. 2014; 10(2): 73-88.(In Persian)
20. Samavatyan, M . The Relationship between psychological stress of family status in Hamadan high school students in the academic decline [Dissertation]. Tehran: Farhangian University of Tehran; 1995.( in Persian).
21. Nayeri ND, Hajbagheri M. Effects of relaxation on stress and quality of life in dormitory resident students. *Feyz Journal*. 2006; 10(2): 40-5.( In Persian).
22. Shafiabady A, Delavar A, Sedreepoosh N. Effect of group counseling with reality therapy approach on reducing anxiety among girl teenagers. *knowledge and Research in Applied Psychology*. 2005; 25: 21-34.(In Persian)
23. shokrkon H, Pouladi MA, Hagegi J. Study of the important factors of academic failure in secondary schools in Ahwaz . *Journal of Education and Psychology*. 2001; 7(3-4): 103-14.