

The Effectiveness of Reality Therapy Education based on Selection Theory and Combined with Forgiveness Therapy on Reducing Social Anomalies of Students with Learning Disabilities in Saravan Primary School

ARTICLE INFO

Article Type

Analytical Review

Authors

Ayub Dehvari¹,
Ali Arab^{2*},
Mahmoud Shirazi³

How to cite this article

Ayub Dehvari, Ali Arab, Mahmoud Shirazi, The Effectiveness of Reality Therapy Education based on Selection Theory and Combined with Forgiveness Therapy on Reducing Social Anomalies of Students with Learning Disabilities in Saravan Primary School, *Journal of Islamic Life Style Centered on Health*. 2019;3(2):172-182.

1. PhD Student, Department of Educational Psychology, Zahedan Branch, Islamic Azad University, Zahedan, Iran.
2. Assistant Professor, Department of Psychology, Sistan and Baluchestan University, Zahedan, Iran (Corresponding Author).
3. Associate Professor, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Department of Psychology, Sistan and Baluchestan University, Zahedan, Iran.

* Correspondence:

Address:

Phone:

Email: aliarab@edpsy.usb.ac.ir

Article History

Received: 2019/04/17

Accepted: 2019/06/12

ePublished: 2019/06/21

ABSTRACT

Purpose: The aim of this study was to investigate the effectiveness of the use of reality therapy based on the theory of choice combined with forgiveness, therapy to reduce social anomalies in school in students with disabilities, learning elementary school in Saravan.

Materials and Methods: The research method was a variety of quasi-experimental designs in two groups, with pre-test-post-test with a control group. The statistical population was 140 students with learning disabilities referred to Saravan Education Learning Disability Center. The study sample consisted of 30 people who were randomly divided into two groups of 15 experimental and control. Reality therapy training based on the theory of choice combined with therapeutic forgiveness was performed on the experimental group in 9 and 12 sessions of 45 to 60 minutes and after the post-test sessions. The Social Harm Attitude Questionnaire was used to collect information. Data analysis was performed by analysis of covariance.

Findings: The results showed that the application of reality therapy based on the theory of choice combined with forgiveness-therapy reduces social anomaly and its dimensions (theft, aggression, drugs, sexual issues and suicide) in student's schools.

Conclusion: The application of reality therapy based on the theory of choice combined with therapeutic forgiveness is an effective method in reducing social anomalies in school for students with disabilities or learning elementary school.

Keywords: Reality Therapy based on Choice Theory, Forgiveness, Therapy, Social Anomalies, Learning Disabilities

اثربخشی آموزش واقعیت درمانی مبتنی بر نظریه

انتخاب و توأم با بخشایش درمانی بر کاهش

ناهنجاریهای اجتماعی دانش آموزان دارای ناتوانی

یادگیری مقطع ابتدایی شهرستان سراوان

ایوب دهواری^۱

دانشجوی دکتری، گروه روان شناسی تربیتی، واحد زاهدان، دانشگاه آزاد اسلامی، زاهدان، ایران.

علی عرب^{۲*}

استادیار، گروه روان شناسی، دانشگاه سیستان و بلوچستان، زاهدان، ایران (نویسنده مسئول).

محمود شیرازی^۳

دانشیار، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، گروه روان شناسی، دانشگاه سیستان و بلوچستان، زاهدان، ایران.

چکیده

هدف: پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی کاربرد واقعیت درمانی مبتنی بر نظریه انتخاب توأم با بخشایش درمانی بر کاهش ناهنجاری اجتماعی در مدرسه در دانش آموزان دارای ناتوانی یادگیری مقطع ابتدایی شهرستان سراوان انجام شد.

مواد و روش ها: روش تحقیق از انواع طرح های نیمه آزمایشی به صورت دو گروهی، با پیش آزمون-پس آزمون با گروه گواه بود. جامعه آماری ۱۴۰ نفر از دانش آموزان دارای ناتوانیهای یادگیری مراجعه کننده به مرکز اختلال یادگیری آموزش و پرورش شهرستان سراوان بودند. نمونه پژوهش شامل ۳۰ نفر بود که به طور تصادفی در دو گروه ۱۵ نفری آزمایش و گواه تقسیم شدند. آموزش واقعیت درمانی مبتنی بر نظریه انتخاب توأم با بخشایش درمانی در ۹ و ۱۲ جلسه ۴۵ الی ۶۰ دقیقه ای بر روی گروه آزمایش اجرا و پس از اتمام جلسات پس آزمون انجام شد. از پرسشنامه سنجش نگرش به آسیب های اجتماعی برای جمع آوری اطلاعات استفاده شد. تجزیه و تحلیل داده ها با تحلیل کواریانس انجام شد.

یافته ها: نتایج نشان داد کاربرد واقعیت درمانی مبتنی بر نظریه انتخاب توأم با بخشایش درمانی موجب کاهش ناهنجاری-اجتماعی و ابعاد آن (سرقت، پرخاشگری، مواد مخدر، مسائل جنسی و خودکشی) در مدرسه دانش آموزان می شود.

نتیجه گیری: کاربرد واقعیت درمانی مبتنی بر نظریه انتخاب توأم با بخشایش درمانی یک روش موثر در کاهش ناهنجاری-اجتماعی در مدرسه دانش آموزان دارای ناتوانی یادگیری مقطع ابتدایی است.

واژه های کلیدی: واقعیت درمانی مبتنی بر نظریه انتخاب ، بخشایش درمانی، ناهنجاری اجتماعی ، ناتوانی یادگیری

تاریخ دریافت: ۱۳۹۸/۰۱/۲۸

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۸/۳/۲۲

*نویسنده مسئول: aliarab@edpsy.usb.ac.ir

مقدمه

موفق نبودن دانش آموزان در انجام وظایف دانش آموزی، از سوی مدرسه و نیز از سمت خانواده به عنوان مسئله مهمی مطرح می-شود. ناراحتی های مربوط به موفق نبودن در موضوعات آموزشی و یادگیری، از مشکلات بسیار رایج در یادگیری است. اختلالات ناتوان یادگیری به نقایص خاص در توانایی افراد برای درک یا پردازش کارآمد و صحیح اطلاعات موجود گفته می شود. اختلال یادگیری، نوعی اختلال عصبی تکاملی با منشأ زیستی است که در طول سالهای اولیه آموزش رسمی، بروز می کند و با مشکلات مداوم و آسیبزا در یادگیری مهارتهای تحصیلی مانند خواندن و نوشتن یا ریاضیات مشخص می شود. عملکرد افراد در مهارتهای تحصیلی در مقایسه با سن آنها کمتر از متوسط است یا سطح عملکرد پذیرفتنی تنها با تلاش فراوان به دست می آید. این اختلال برای همه افراد آسیبهای طولانی مدتی را در فعالیتهای وابسته به مهارتهای یادگیری به وجود می آورد (۱).

تغییر و تحول در رفتارهای جوانان و بروز ناهنجاریهای اجتماعی در سطحی گسترده امروزه دیگر مسأله ای منحصر به جامعه یا جوامعی خاص نیست، همانگونه که گیدنز اشاره می کند، مسأله ای جهانی است. هر جامعه ای متناسب با شرایط خود، با انواعی از انحرافات و مشکلات روبروست که تأثیرات مخربی روی فرآیند ترقی آن جامعه دارد. این رفتارهای ناهنجار اجتماعی را می توان ناشی از تغییرات سریع اجتماعی، ناکامی منزلتی، احساس از خود بیگانگی، اجحاف، خشم و تنفیری که آنها نسبت به اجتماع و محیط اطرافشان دارند و بسیاری از عوامل دیگر تلقی کرد. به طور کلی در شرایطی که همبستگی متقابل فرد و جامعه از میان برود و فرد نتواند به کمک مکانیزمها و ابزارهایی که جامعه در اختیارش قرار می دهد، به اهدافش دست یابد؛ در نتیجه از راههای دیگری که خلاف قانون است، سعی می کند به آن اهداف برسد. در نتیجه می گوئیم فرد ناهنجار شده است؛ وقتی این حالت به صورت عام در جامعه شیوع پیدا می کند، می گوئیم جامعه با از بین رفتن ارزشها و هنجار یا «دچار آنومی یا نابسامانی شده است؛ به عبارتی دیگر ضعیف شدن هنجارها و ارزشهای اعضای جامعه دیگر ارزشها و اهداف مشترکی را قبول ندارند» (۲).

یکی از روش های مؤثر در بهبود وضعیت روان شناختی دانش آموزان، واقعیت درمانی گروهی است (۳). واقعیت درمانی توسط گلاسر تدوین شده است و یک رویکرد نسبتاً صریح است که به توان مراجع برای پرداختن به نیازهایش از طریق یک روند منطقی یا واقع بینانه اعتماد دارد. رویکرد گلاسر، مواجه شدن با واقعیت، مسئولیت پذیری و ارزشیابی در مورد رفتارهای درست و نادرست را مورد تأکید قرار می دهد. بر اساس این رویکرد، فرد نه تنها در مقابل عمل خود، بلکه در برابر تفکرات و احساسات خود نیز مسئول است. فرد، قربانی گذشته و حال خود نیست، مگر این که خود بخواهد. این رویکرد درمانی، هم در مورد رفتارهای بهنجار و هم در مورد رفتارهای ناهنجار و هم در مورد تدوین شیوه های مناسب تعلیم و تربیت به کار می رود (۴). و هدف اصلی آن، کمک به افراد در راستای نیل به راههای بهتر تأمین کردن نیازهای

افزایش عزت نفس، انگیزه تغییر، امیدواری و کیفیت زندگی در سوء مصرف کنندگان مواد، بهبود رفتارهای ناسازگار و کاهش پرخاشگری مؤثر واقع شده است. یافته‌های پژوهشی لیگ آرتون (۱۰) نشان داد که آموزش تئوری انتخاب و واقعیت درمانی بر کاهش رفتارهای سوء مصرف مواد، پرخاشگری، خودکشی، آسیب به خود، سرقت و... در دانش آموزان می‌گردد.

بخشودگی به عنوان یک صفت شخصیت، سازه‌ای است که می‌تواند بهزیستی روانی و جسمی را افزایش دهد پژوهشگران دریافته‌اند بخشودگی به عنوان یک راهبرد رویارویی هیجانی محور در رویارویی با عوامل تنش‌زا و مدیریت هیجان می‌تواند موجب کاهش فشارهای روانی (۱۱)، احساس مهار بیشتر و کاهش پاسخ‌های تنیدگی فیزیولوژیکی با راهبردهای بهتر برای سازگاری بیشتر با آسیب‌ها شود (۱۲). بخشش شامل تغییر در احساسات و نگرش در مورد فرد خطا کار است و نشان دهنده جایگزینی احساسات منفی با نگرش‌های مثبت از جمله شفقت و خیرخواهی است (۱۳). بخشودن فراتر از وظیفه است و در واقع هدیه‌ای به فرد معترض است. از این رو فراموش کردن، انکار، چشم‌پوشی و معذور داشتن متمایز است (۱۴).

شماری از پژوهش‌ها به اثر بخشی بخشودگی بر ناهنجاریهای اجتماعی اشاره نموده‌اند مثلاً اسدی، سهرابی و برجعلی (۱۵) در پژوهشی با عنوان "اثر بخشش درمانی بر پرخاشگری و همدلی نوجوانان پسر بزهکار" به این نتیجه دست یافتند که در کاهش میزان افسردگی، خشم و خصومت، استرس و پریشانی اثر بخش بوده اند و همچنین توانسته سطح عواطف مثبت، همدلی و رفتارهای اجتماع گرا را ارتقاء دهند. نتایج پژوهش دهقانی، زارعی، اصغری و نظری (۱۶) نشان داد که بخشش درمانی در مقایسه با رویکرد استعاره درمانی، در بهبود ابعاد خود ارزشی، رهاشدگی، خشم و سوگ مراجعان موثرتر بوده است. وفائی، سلیمانیان و محمدزاده ابراهیمی (۱۷) در پژوهشی با عنوان "بررسی اثربخشی مشاوره گروهی مبتنی بر بخشش" بر سازگاری زنان پس از طلاق" به این نتیجه دست یافتند که مشاوره گروهی مبتنی بر بخشش" در افزایش احساس خود ارزشی، رها شدن، کاهش خشم، عبور از مرحله سوگ، صمیمیت اجتماعی و خود ارزشی اجتماعی و به طور کلی در افزایش سازگاری پس از طاق، تأثیر معناداری دارد. اختر و بارلو (۱۸) در پژوهشی فرا تحلیلی با هدف بخشش درمانی بر بهزیستی روانشناختی نوجوانان و جوانان، نشان میدهد که مداخلات بخشش به صورت معناداری در کاهش میزان افسردگی، خشم و خصومت، استرس و پریشانی اثربخش بوده‌اند و همچنین توانسته‌اند سطح عواطف مثبت را ارتقاء دهند.

بارکاسیا و همکاران (۱۹) در پژوهشی به بررسی بخشش نوجوانان: دور از افسردگی، نزدیک به بهزیستی پرداخت و به این نتیجه دست یافت که آموزش بخشودگی در نوجوانان باعث کاهش پرخاشگری، سوء مصرف مواد، رفتارهای مقابله‌ای نامناسب و افزایش شادکامی و بهزیستی معنوی می‌گردد. والنداری و ارما مگاوایت (۲۰) در پژوهشی به بررسی نقش بخشودگی بر بهزیستی روانی نوجوانان پرداختند نتایج آنان نشان داد که بخشش عامل

خود، از جمله نیاز به قدرت یا پیشرفت، آزادی یا استقلال و تفریح است و مفاهیم عمده آن، شامل هویت، شخصیت، مسئولیت پذیری، رفتار انطباقی و در نهایت برخورد واقعی و منطقی با مسائل و مشکلات است. طبق این رویکرد انسان آن چیزی است که انجام می دهد و اگر فردی بخواهد خود را تغییر دهد باید اعمالش را عوض کند و رفتار جدیدی را بیاموزد (۴).

مجموعه‌ای از تحقیقات نشان میدهد که آموزش واقعیت درمانی مبتنی بر نظریه انتخاب بر ناهنجاریهای اجتماعی مؤثر است. مثلاً مشیریان فراخی، مشیریان فراخی، آقا محمدیان شعرباف و سپهری شاملو (۵) در پژوهشی با عنوان "اثر بخشی واقعیت درمانی به شیوه گروهی مبتنی بر تئوری انتخاب بر کیفیت زندگی افراد پرخاشگر" دریافته‌اند که تحلیل داده‌ها نشان داد که در گروه مداخله کیفیت زندگی افزایش معنی داری نسبت به گروه کنترل دارد و همچنین نتایج تحلیل کواریانس نشان میدهد که با کنترل پیش آزمون نتایج پس آزمون برای متغیرهای ارتباطات اجتماعی و روحی روانی از زیر مقیاسهای کیفیت زندگی تفاوت معنی داری بین دو گروه وجود دارد. بنابراین طبق نتایج به دست آمده می‌توان بیان کرد که واقعیت درمانی به شیوه گروهی بر روی افراد پرخاشگری، به دلیل تأکیدی بر کنترل درونی، بهبود ارتباطات و ارضاء مؤثر نیازها دارد می‌تواند باعث افزایش کیفیت زندگی گردد.

پورآوری، زندی پور و پورآوری (۶) در پژوهشی با عنوان "اثر بخشی آموزش گروهی واقعیت درمانی بر کاهش پرخاشگری دانش آموزان دختر با فرهنگ ایرانی" دریافته‌اند که آموزش گروهی نظریه انتخاب و واقعیت درمانی به طور معناداری در کاهش و مهار پرخاشگری و رفتارهای ناهنجار دانش آموزان ایرانی مؤثر است. حسین پناهی و گودرزی (۴) در پژوهشی با عنوان "اثر بخشی آموزش مؤلفه‌های نظریه انتخاب بر کاهش تعارض والد-فرزندی دانش‌آموزان دختر" به این نتیجه دست یافتند که آموزش نظریه انتخاب به طور معناداری بر افزایش استدلال و کاهش پرخاشگری، سوء مصرف مواد... اثربخش است. زارع و نمدارپور (۷) در پژوهشی با عنوان "اثر بخشی تئوری انتخاب بر سلامت روان دختران نوجوان" دریافته‌اند که آموزش تئوری انتخاب بر پایه واقعیت درمانی بر افزایش سلامت روان و روابط اجتماعی مناسب و کاهش، آسیب به خود، بی خوابی و علائم جسمی می‌گردد. نتایج یافته‌های روسودی، استوی و پاروانتو (۸) در پژوهشی با عنوان "اثر بخشی درمان تئوری انتخاب و واقعیت درمانی در افزایش عزت نفس دانش آموزان" دریافته‌اند که آموزش درمان تئوری انتخاب و واقعیت درمانی باعث کاهش پرخاشگری، سرقت، سوء مصرف مواد، خودکشی و.. و افزایش عزت نفس در دانش‌آموزان می‌گردد. ماجد، وینگاردن، دولانو شاها (۹) مؤثر بودن تئوری انتخاب و واقعیت درمانی در حیطه اختلالات مورد تأیید قرار دادند. نتایج حاکی از آن بود که حاکی از آن است که واقعیت درمانی در درمان بیماران روانی شدید و مزمن دارای سابقه وابستگی به مصرف مواد، کاهش نشخوار ذهنی بیماران مبتلا به استرس پس از سانحه، کاهش اعتیاد و

شدند. ۱۵ نفر تحت واقعیت درمانی مبتنی بر نظریه انتخاب توام با بخشایش درمانی و ۱۵ نفر هم به عنوان گروه گواه انتخاب شدند.

معیارهای ورود آزمودنی ها به پژوهش عبارت بود از: آزمودنی ها اختلال جسمی و ذهنی و حرکتی نداشته باشند (به تشخیص روانپزشک مرکز)، نداشتن اختلال های حاد روانشناختی (به تشخیص روان شناس و روانپزشک مرکز)، کسب نمره هوشبهر بین ۸۵ تا ۱۱۰ که توسط مرکز قبلاً انجام شده و در پرونده آزمودنی وجود داشته است، دریافت تشخیص ناتوانیهای یادگیری با استفاده از آزمونهای تشخیصی (آزمون هوشی ریون و آزمون بینایی-حرکتی بندر گشتالت) و مصاحبه بالینی روانشناس مرکز با آزمودنی ها و کسب رضایت والدین و توانایی آزمودنی ها برای شرکت در جلسات آموزشی. ملاک های خروج مشتمل بر داشتن اختلالات رفتاری و روانی شدید، همچون اختلال نافرمانی مقابله-ای، اختلال سلوک، بزهکاری، و افسردگی (تشخیص به وسیله روان شناس پژوهش حاضر)؛ داشتن نوعی بیماری پزشکی که فرد را وادار به جستجوی فوری درمان سازد و عدم تمایل به ادامه آموزش، هوشبهر پایین از ۸۵ و عدم همکاری دانش آموز یا خانواده در هر یک از مراحل پژوهش بود. لازم به ذکر است که از تمامی دانش آموزان نمونه پژوهش، جهت شرکت در این پژوهش از والدین رضایت نامه گرفته شد و به آنها اطمینان خاطر در مورد محرمانه ماندن اطلاعات و تحلیل داده ها به صورت گروهی داده شد.

در این پژوهش جهت جمع آوری داده ها از پرسشنامه سنجش نگرش به آسیب های اجتماعی آقایی و تیمورتاش استفاده شد. لازم به ذکر است قبل از شروع پژوهش برای رعایت ملاحظات اخلاقی، درباره اهداف پژوهش و نحوه رعایت اصول رازداری توضیحات لازم به افراد داده شد و به آنها تاکید گردید این پژوهش هیچ خطری برای آنها ندارد و درباره ترک اختیاری پژوهش در هر زمان که مایل باشند توضیحاتی به آنها داده شد و بعد از کسب رضایت، از آنها خواسته شد تا پرسشنامه پژوهش را تکمیل کنند.

پرسشنامه سنجش نگرش به آسیب های اجتماعی آقایی و تیمورتاش : این پرسشنامه در سال ۱۳۸۹ توسط آقایی و تیمورتاش با هدف بررسی و ارزیابی نگرش دانش آموزان پیرامون بعضی از آسیب های اجتماعی ساخته شد این پرسشنامه دارای ۴۲ سوال ۵ گزینه ای از کاملاً موافق (۵) تا کاملاً مخالف (۱) تهیه و تنظیم شده است. آسیب های اجتماعی که در این پرسشنامه مورد نظر بوده است شامل سرقت- پرخاشگری- مواد مخدر- مسائل جنسی- خودکشی و فرار از خانه بوده است. حد پایین نمره ۴۲ و حد بالای نمره ۲۱۰ می باشد. آلفای کرونباخ یا همسانی کلی در پژوهش آقایی و تیمورتاش ۰/۸۵ بدست آمده است. روایی ملاک پرسشنامه سنجش نگرش به آسیب های اجتماعی توسط اساتید دانشگاه تهران تایید شده است (۲۲).

روش کار به این صورت بود که بعد از کسب مجوز از مرکز اختلال یادگیری آموزش و پرورش مراجعه نموده و همراه با ارائه

مهمی برای بهزیستی روانشناختی در نوجوانان است. همچنین بخشش تأثیری مثبتی بر خوشبختی، بهزیستی معنوی و بهزیستی ذهنی و کاهش پرخاشگری، رفتارهای قلدرانه و سوء مصرف مواد نوجوانان دارد.

بررسی متون پژوهشی در زمینه نظریه انتخاب و واقعیت درمانی و مداخلات مبتنی بر بخشایش روشن می سازد که بیشتر مداخلات انجام شده در این زمینه به بزرگسالان یا دانشجویان دانشگاه در محیط های بالینی و دانشگاهی صورت گرفته است. هم چنین در غالب پژوهشهای مداخله ای بخشایش و نظریه انتخاب و واقعیت درمانی، متغیرهای وابسته ای مانند اضطراب، افسردگی، امیدواری و... مورد مطالعه قرار گرفته است و کمتر مداخلات شناخته شده-ای در خارج و ایران تاکنون کیفیت زندگی دانش آموزان دارای ناتوانی یادگیری را مطالعه نموده اند. علاوه بر این پژوهش حاضر از لحاظ بنیادی و کاربردی می تواند حائز اهمیت باشد. از لحاظ بنیادی مبانی آموزش نظریه انتخاب و واقعیت درمانی و مداخلات مبتنی بر بخشایش، نقش آن را در کاهش ناهنجاریهای اجتماعی روشن خواهد کرد و از لحاظ کاربردی انتظار می رود با آشکار ساختن تأثیر آموزش برنامه نظریه انتخاب و واقعیت درمانی و مداخلات مبتنی بر بخشایش بر کاهش ناهنجاریهای اجتماعی و بهبود بهزیستی روانی و جسمی اطلاعات مفیدی را در اختیار دست اندرکاران آموزش، روانشناسان، مشاوران و دیگر متخصصان تعلیم و تربیت قرار دهد. همچنین اهمیت نظریه انتخاب و واقعیت درمانی و مداخلات مبتنی بر بخشایش نیاز به مطالعه و تعمق بیشتری دارد و شناسایی عواملی که باعث کاهش ناهنجاریهای اجتماعی و ارتقاء سلامت روان در افراد می شود از اهمیت خاصی برخوردار است. از طرف دیگر عدم پژوهش مداخله ای در زمینه تأثیر نظریه انتخاب و واقعیت درمانی و مداخلات مبتنی بر بخشایش بر کاهش ناهنجاریهای اجتماعی در جامعه هدف و وجود خلا پژوهشی در این زمینه، بنابراین این پژوهش در پی پاسخگویی به این سوال اساسی است که آیا واقعیت درمانی مبتنی بر نظریه انتخاب توأم با بخشایش درمانی بر کاهش ناهنجاریهای اجتماعی دانش آموزان دارای ناتوانی یادگیری مقطع ابتدایی مؤثر است؟

مواد و روش ها

پژوهش حاضر یک مطالعه نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون و پس آزمون با گروه گواه بود. جامعه آماری کلیه دانش آموزان پسر پایه اول تا پنجم ابتدایی با انواع ناتوانیهای یادگیری ارجاع شده از سوی مدارس به مرکز اختلال یادگیری آموزش و پرورش شهرستان سراوان در سال تحصیلی ۱۳۹۹-۱۳۹۸ به تعداد ۱۴۰ نفر بود. با در نظر گرفتن معیارهای ورود و خروج از مطالعه، حداقل نمونه در طرح های آزمایشی باید سی نفر (هر گروه ۱۵ نفر) باشد (۲۱). ۳۰ نفر از دانش آموزانی که به شرکت در کارگاه آموزشی رضایت داده و واجد شرایط شناخته شده بودن به روش نمونه گیری در دسترس، به عنوان نمونه انتخاب شدند. نمونه به صورت تصادفی به یک گروه گواه و یک گروه آزمایش تقسیم

از آلفای کرونباخ استفاده شد و ضریب آلفای کرونباخ برای واقعیت درمانی مبتنی بر نظریه انتخاب و سوالات آن بین ۰/۷۲ تا ۰/۹۳ ارزیابی گردید و همبستگی باز آزمایی در فاصله زمانی ۲۲ تا ۱۱۸ روز برابر ۰/۷۵ و برای سوالات آن بین ۰/۵۹ تا ۰/۷۹ درصد بدست آمد (۲۲). همچنین روایی محتوای بخشایش درمانی از آلفای کرونباخ استفاده شد و ضریب آلفای کرونباخ برای شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی ۰/۹۰ گزارش شده است. و همبستگی باز آزمایی در فاصله زمانی دو ماه برابر ۸۰ درصد و برای سوالات آن بین ۰/۵۵ تا ۰/۸۳ بدست آمد (۲۴).

هدف جلسات، کاهش ناهنجاریهای اجتماعی بود که جلسات به شیوه ی پرسش و پاسخ و بحث گروهی، و ارائه تکلیف خانگی اجرا شد و سپس کارگاه توسط محقق اجرا شد. ابتدا یک پیش آزمون انجام شد سپس گروه آزمایش آموزش مداخله واقعیت درمانی مبتنی بر نظریه انتخاب و بخشایش درمانی در ۸ و ۱۲ جلسه ۴۵ الی ۶۰ دقیقه‌ای (هر هفته دو جلسه) دریافت کردند. پس از پایان جلسات یک پس آزمون انجام شد.

توضیح در مورد اهداف پژوهش و اهمیت آن و محرمانه ماندن اطلاعات و مشخصات فردی کسب شده به شرکت کنندگان عنوان گردید و سپس فرم رضایت نامه آگاهانه کتبی توسط دانش آموزان جهت شرکت در پژوهش تکمیل شد و به آنها تاکید شد هر زمان مایل نبودند می توانند از پژوهش خارج شوند.

قبل از انجام مداخله پرسش نامه در اختیار آزمودنی‌ها قرار گرفت و آزمودنی‌هایی که از لحاظ متغیر مورد پژوهش غربالگری گردیدند و بر اساس پایه تحصیلی، جنسیت و نمرات کیفیت زندگی در کلاس به صورت همتا در گروه‌های ۱۵ نفری آزمایش و گواه قرار گرفتند. سپس یک گروه به صورت تصادفی به عنوان گروه آزمایش و یک گروه دیگر به عنوان گروه گواه انتخاب شدند. محتوا و اهداف جلسات برگرفته و گسترش یافته از دیدگاه‌های درمانی آموزش واقعیت درمانی مبتنی بر نظریه انتخاب گلاسر (۲۳) (جدول ۱) و بخشایش درمانی لوف پورنوری (۲۴) (جدول ۲) ایجاد شدند. درمانها ۹ و ۱۲ جلسه‌ای بودند که به صورت هفتگی و به مدت ۴۵ الی ۶۰ دقیقه برگزار می‌شدند. برای روایی محتوای واقعیت درمانی مبتنی بر نظریه انتخاب گلاسر

جدول ۱. جلسات و محتوای واقعیت درمانی مبتنی بر نظریه انتخاب

جلسه	عنوان جلسه	هدف کلی
اول	آشنایی با مفاهیم روان شناسی کنترل درونی و بیرونی	۱- برقراری ارتباط و معرفی اعضا، ۲- بیان قواعد گروه، اهداف و معرفی دوره، ۳- طرح سوالات اساسی، ۴- آموزش مفاهیم روانشناسی کنترل درونی و بیرونی، ۵- انتخاب رفتار کلی-۶- بازخورد
دوم	مواجهه با هیجانات منفی مثل خشم و نفرت	کمک به مراجع جهت شناسایی ماهیت مخرب هیجانات منفی، آشکار سازی و ابراز آنها، بررسی مفهوم بخشش از نظر مراجع، چالش در این مورد و ارائه مفهوم درست بخشش به او
سوم	آموزش هفت رفتار مهلک	۱- ارزیابی میل به کنترل دیگران توسط خود فرد، ۲- شناسایی و آموزش هفت عادت مهلک در زندگی، ۳- آموزش نقش هفت رفتار مهلک در روابط.
چهارم	مرور شناختی رنجش	فکر کردن به رنجشی که رخ داده است و مقایسه بین نقش مراجع و فرد رنجاننده و یافتن جنبه‌هایی از زندگی که توسط آسیب وارد شده تغییر کرده
پنجم	آموزش نیازهای اساسی	۱- آموزش پنج نیاز اساسی، ۲- کمک به درک پنج نیاز اساسی خود
ششم	تلطیف درون	کمک به مراجع برای همدلی کردن یا فرد رنجاننده جهت تغییر دادن هیجانات منفی در جهت مثبت
هفتم	آموزش دایره حل	۱- آموزش دایره فرضی حل، ۲- تشکیل دایره فرضی حل، ۳- مذاکره و توافق بر نحوه ارضای نیازها، ۴- طرح ریزی برای حل اختلافات
هشتم	درک عمیق معنای بخشش	کمک به مراجع برای درک این مسئله که او هم کسانی را رنجانده و احتیاج به بخشیده شدن دارد، تصمیم بر طلب بخشش و اشتیاق برای بخشیده شدن در جهت همدلی بیشتر با فرد رنجاننده
نهم	خلاصه جلسات قبل و اجرای پس آزمون	جمع بندی و نتیجه گیری نهایی، ارائه پس آزمون.

جدول ۲. جلسات و محتوای بخشایش درمانی

جلسات	محتوا و فعالیت هر جلسه در بخشایش درمانی	اهداف
جلسه اول	مواجهه با خشم، با هدف آشکارسازی خشم و شناسایی ماهیت مخرب آن	به شرکت کنندگان کمک می‌کند تا ماهیت مخرب خشم را بازشناسند و تشویق شوند تا درد و رنجش را به سطح آگاهی بیاورند
جلسه دوم	مرور شناختی رنجش، هدف تفکر در مورد رنجش اتفاق افتاده	شرکت کنندگان را برمی‌انگیزد تا بر روی رنجشی که روی داده است تفکر کنند؛ این تفکر اهمیت رنجش را بر ملا می‌سازد
جلسه سوم	تصمیم به گذشت، با هدف بخشش به عنوان یک انتخاب در رهاسازی هیجانات انباشته شده	متعهد شدن به بخشش
جلسه چهارم	نگریستن با نگاهی نو با هدف قاب‌دهی مجدد دیدگاه و شناخت فرد نسبت به فرد خاطی	شرکت کنندگان یاد می‌گیرند که فرد رنجاننده و رنجش را به صورت بخشی از یک تصویر پیچیده‌تر نگاه کنند و آسیب‌پذیری‌هایی که در فرد رنجاننده باعث این رنجش شده است را در نظر بگیرند.
جلسه پنجم	تلطیف درون(همدلی) با هدف تغییر هیجانات منفی در جهت مثبت	تغییر دادن هیجانات منفی در جهت مثبت و ایجاد افکار، احساسات، و رفتارهای مثبت
جلسه ششم	جذب کردن رنج(پذیرش) با هدف پذیرش و از آن خود دانستن رنج به جای بدخیم نمودن آن	با بخشیدن دیگران، دیدن رنجش خود به شیوه‌ای تازه
جلسه هفتم	کشف معنا با هدف درکی از سهم خویش در آزار و اذیت دیگران در زندگی	درکی از معنای نهفته در رنجش در زندگی
جلسه هشتم	آشکارسازی حس گناه و شرم با هدف درک این نکته که خود آنها نیازمند بخشش هستند	پذیرش این واقعیت که نیازمند بخشیده شدن هستی
جلسه نهم	تصمیم بر طلب بخشش با هدف عذرخواهی در زمان خطاکاری و پذیرفتن هدیه بخشش	طلب بخشش نمودن
جلسه دهم	یادگیری دریافت بخشش با هدف درک معانی کلیدی دریافت بخشش و عقاید غلط مربوط به آن	درک نمودن ایده‌ها و معانی اصلی دریافت بخشش و فرق نهادن بین معنای واقعی آن با باورهای غلطی
جلسه یازدهم	پروراندن دریافت بخشش با هدف ایجاد نگرش قدرشناسی و فروتنی	نگرش قدرشناسی و شوق فدا کردن بخشی از عزت نفس (یعنی فروتنی کردن) در هنگام ارائه شدن بخشش
جلسه دوازدهم	کشف معنا در طلب و دریافت کردن بخشش با هدف درک جایز الخطا بودن و تعهد به بخشش پیشه نمودن در آینده	پذیرفتن جایز الخطا بودن

یافته‌ها

به منظور آزمون فرضیه‌های پژوهش، از روش آزمون تحلیل کوواریانس استفاده شده است. به منظور رعایت مفروضه‌های تحلیل کوواریانس، مفروضه‌های این آزمون با استفاده از آزمون شاپیرو-ویلکو آزمون لون و آزمون همگنی شیب رگرسیون مورد بررسی و تایید قرار گرفت. جدول ۲ آماره‌های توصیفی ناهنجاری اجتماعی به تفکیک گروه و مرحله آزمون نشان می‌دهد:

جهت توصیف داده‌ها از شاخص‌های آمار توصیفی (فراوانی، درصد، میانگین و انحراف معیار) استفاده شد. با توجه به طرح پیش آزمون - پس آزمون با گروه گواه، برای تحلیل داده‌ها، از آزمون کوواریانس استفاده شد. تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم افزار آماری Spss-23 انجام گرفت.

جدول ۳. میانگین و انحراف استاندارد نمرات پیش آزمون و پس آزمون ناهنجاری اجتماعی در دو گروه

متغیرها	گروه	تعداد		پیش آزمون		پس آزمون	
		میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد
ناهنجاری اجتماعی	آزمایش	۱۰۳/۴۰	۹۲/۱۳	۷۱/۰۶	۹/۳۲		
	کنترل	۱۰۲/۴۱	۸/۶۷	۱۰۵/۹۳	۹/۴۴		
سرقت	آزمایش	۲۲/۶۶	۴/۱۸	۱۴/۳۳	۳/۶۵		
	کنترل	۲۳/۶۰	۵/۱۶	۲۴/۱۳	۵/۱۲		
پرخاشگری	آزمایش	۲۴/۸۰	۵/۲۱	۱۵/۴۰	۴/۵۷		
	کنترل	۲۵/۹۳	۳/۷۱	۲۵/۶۶	۴/۳۸		
مواد مخدر	آزمایش	۱۷/۵۳	۲/۸۵	۱۲/۴۶	۳/۴۶		
	کنترل	۱۶/۳۴	۴/۳۵	۱۶/۶۰	۴/۷۷		
مسائل جنسی	آزمایش	۱۲/۶۰	۲/۱۶	۹	۱/۶۹		
	کنترل	۱۱/۷۳	۱/۹۴	۱۲/۱۳	۲/۰۹		
خودکشی	آزمایش	۱۲/۶۰	۲/۶۱	۹/۵۳	۲/۲۶		
	کنترل	۱۳/۸۰	۳/۰۲	۱۴/۶۰	۳/۰۴		
فرار از خانه	آزمایش	۱۳/۲۰	۲/۹۵	۱۰/۳۳	۲/۵۸		
	کنترل	۱۲	۲/۴۲	۱۲/۸۰	۲/۶۷		

همانطور که در جدول ۳ مشاهده می کنید در پیش آزمون نمرات ناهنجاری اجتماعی در ۲ گروه، تفاوت چندانی ندارد. همچنین مشاهده می شود که میانگین نمرات ناهنجاری اجتماعی در گروه آزمایش در پس آزمون نسبت به پیش آزمون افزایش یافته است در حالی که میانگین نمرات ناهنجاری اجتماعی در گروه کنترل در پیش آزمون و پس آزمون تفاوت چشمگیری نداشته است.

جدول ۴. نتایج تحلیل کواریانس چند متغیری برای بررسی اثر کاربرد تئوری انتخاب و واقعیت درمانی توأم با بخشایش درمانی بر ناهنجاری های اجتماعی و کیفیت زندگی در مدرسه

آزمون	ارزش F	درجه آزادی خطا	درجه آزادی فرضیه	سطح معنی داری	مجذور اتا
اثر پیلاپی	۱۱۴/۲۸۱	۲۵	۲	۰/۰۰۱	۰/۹۰۱
لامبدای ویلکز	۱۱۴/۲۸۱	۲۵	۲	۰/۰۰۱	۰/۹۰۱
اثر هتلینگ	۱۱۴/۲۸۱	۲۵	۲	۰/۰۰۱	۰/۹۰۱
آزمون بزرگترین ریشه روی	۱۱۴/۲۸۱	۲۵	۲	۰/۰۰۱	۰/۹۰۱

همانطور که در جدول ۵ مشاهده می شود، سطوح معنی داری همه آزمون ها بیانگر آن هستند که بین آزمودنی های گروه آزمایش و گروه کنترل، دست کم از لحاظ یکی از متغیرهای وابسته (ناهنجاری های اجتماعی و ابعاد آن « سرقت، پرخاشگری، مواد مخدر، مسائل جنسی و خودکشی» بین دو گروه مخدر، مسائل جنسی و خودکشی) تفاوت معنی داری وجود دارد.

جدول ۵. نتایج تحلیل کواریانس تک متغیری بر روی نمره های پس آزمون مولفه های ناهنجاری های اجتماعی در دو گروه

منابع	پس آزمون	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	مجذور اتا	توان آماری
گروه	سرقت	۴۲۰/۵۵۶	۱	۴۲۰/۵۵۶	۶۷/۹۶۹	۰/۰۰۱	۰/۷۵۵	۱/۰۰۰
	پرخاشگری	۴۴۶/۳۹۶	۱	۴۴۶/۳۹۶	۶۴/۱۲۰	۰/۰۰۱	۰/۷۴۵	۱/۰۰۰
	مواد مخدر	۱۷۸/۳۹۲	۱	۱۷۸/۳۹۲	۳۸/۱۱۸	۰/۰۰۱	۰/۶۳۴	۱/۰۰۰
	مسائل جنسی	۹۴/۲۶۹	۱	۹۴/۲۶۹	۴۷/۲۵۲	۰/۰۰۱	۰/۶۸۲	۱/۰۰۰
	خودکشی	۱۰۲/۷۵۲	۱	۱۰۲/۷۵۲	۶۰/۴۲۰	۰/۰۰۱	۰/۷۳۳	۱/۰۰۰
فرار از خانه	۵۸/۸۰۲	۱	۵۸/۸۰۲	۱۸/۶۷۷	۰/۴۲۷	۰/۴۵۹	۰/۹۸۵	

۱/۰۰۰	۰/۸۹۱	۰/۰۰۱	۲۱۳/۶۲۹	۹۱۵۵/۶۲۹	۱	۹۱۵۵/۶۲۹	ناهنجاریهای اجتماعی
-	-	-	-	۶/۱۸۷	۲۲	۱۳۶/۱۲۵	سرقت
-	-	-	-	۶/۹۶۲	۲۲	۱۵۳/۱۶۰	پرخاشگری
-	-	-	-	۴/۶۸۰	۲۲	۱۰۲/۹۶۱	مواد مخدر
-	-	-	-	۱/۹۹۵	۲۲	۴۳/۸۹۰	مسائل جنسی
-	-	-	-	۱/۷۰۱	۲۲	۳۷/۴۱۴	خطا خودکشی
-	-	-	-	۳/۱۴۸	۲۲	۶۹/۲۶۶	فرار از خانه
				۴۲/۸۵۸	۲۶	۱۱۱۴/۲۹۶	ناهنجاریهای اجتماعی

پژوهشی دریافته‌اند که آموزش درمان تئوری انتخاب و واقعیت‌درمانی باعث کاهش پرخاشگری، سرقت، سوء مصرف مواد، خودکشی و... و افزایش عزت نفس در دانش‌آموزان می‌گردد. ماجد و همکاران (۹) مؤثر بودن تئوری انتخاب و واقعیت‌درمانی در حیطة اختلالات مورد تأیید قرار دادند. نتایج حاکی از آن بود که حاکی از آن است که واقعیت‌درمانی در درمان بیماران روانی شدید و مزمن دارای سابقه وابستگی به مصرف مواد، کاهش نشخوار ذهنی بیماران مبتلا به استرس پس از سانحه، کاهش اعتیاد و افزایش عزت نفس، انگیزه تغییر، امیدواری و کیفیت زندگی در سوء مصرف کنندگان مواد، بهبود رفتارهای ناسازگار و کاهش پرخاشگری مؤثر واقع شده است. یافته‌های پژوهشی لیگ آرتون (۱۰) نشان داد که آموزش تئوری انتخاب و واقعیت‌درمانی بر کاهش رفتارهای سوء مصرف مواد، پرخاشگری، خودکشی، آسیب به خود، سرقت و... در دانش‌آموزان می‌گردد.

در تبیین این نتایج می‌توان بیان نمود که به نظر می‌رسد آنچه به عنوان بیماری در افراد خوانده می‌شود در حقیقت شامل صدها راهی است که انسان‌ها هنگام عاجز ماندن در ارضای نیازهای اساسی ژنتیکی خود، انتخاب می‌کنند تا رفتار کنند. لذا در واقعیت‌درمانی به فرد کمک می‌شود تا نیازهای غفلت مانده خویش را شناسایی نماید و با فرآیند خودارزیابی درصدد اصلاح و رفع نیازهای غفلت مانده خویش بر بیاید و برای ارضای نیازهایش به جاری رفتارهای مخرب نظیر، پرخاشگری، سرقت، خودکشی، فرار از منزل، خودآسیبی، آسیب به دیگران و... رفتارهای سازنده و مطلوب را جایگزین نماید. در واقع در واقعیت‌درمانی دانش‌آموزان با خودشان مواجه می‌شوند و خواسته‌هایشان را با رفتار خود مقایسه می‌کنند، به این معنا که ارزیابی رفتار خویش بزرگترین امتیاز واقعیت‌درمانی است، همچنین از آنجایی که یکی از ابعاد کار در واقعیت‌درمانی تمرکز بر بعد مسئولیت است، بنابراین واقعیت‌درمانی می‌تواند در یادگیری رفتارهای مسئولانه نیز مؤثر بوده و در نتیجه در بروز رفتارهای ناپهناج در فرد جلوگیری نماید. به طور کلی می‌توان گفت آموزش نظریه انتخاب مبتنی بر واقعیت‌درمانی با ایجاد تغییرات لازم در دنیای مطلوب، نگرش به کنترل بیرونی، درک دنیای بیرون، تغییر رفتار و ایجاد رفتار مطلوب و مؤثر باعث کاهش رفتارهای ناپهناج می‌گردد (۶).

همانطوریکه در جدول ۵ نشان داده شده است، بین میانگین‌های نمرات ناهنجاری اجتماعی و ابعاد آن (سرقت، پرخاشگری، مواد مخدر، مسائل جنسی و خودکشی) در شرکت کنندگان بر حسب عضویت گروهی (گروه آزمایش و کنترل) در مرحله پس از آزمون تفاوت معناداری وجود دارد ($P < 0.01$). بنابراین کاربرد تئوری واقعیت‌درمانی مبتنی بر نظریه انتخاب توأم با بخشایش درمانی موجب کاهش ناهنجاریهای اجتماعی و ابعاد آن (سرقت، پرخاشگری، مواد مخدر، مسائل جنسی و خودکشی) شده است. میزان تاثیر ناهنجاری اجتماعی ۰/۸۹، سرقت ۷۵/۵ درصد، پرخاشگری ۷۴/۵ درصد، مواد مخدر ۶۳/۴ درصد، مسائل جنسی ۶۸/۲ درصد و خودکشی ۷۳/۳ درصد در مرحله پس از آزمون بوده است. علاوه بر آن نتایج نشان داد که کاربرد واقعیت‌درمانی مبتنی بر نظریه انتخاب توأم با بخشایش درمانی بر فرار از خانه مؤثر نبوده است ($P > 0.05$).

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از این پژوهش اثر بخشی کاربرد واقعیت‌درمانی مبتنی بر نظریه انتخاب توأم با بخشایش درمانی بر ناهنجاری اجتماعی در دانش‌آموزان دارای ناتوانی یادگیری مقطع ابتدایی شهرستان سراوان بود. نتایج نشان داد که نظریه انتخاب و واقعیت‌درمانی در پس آزمون باعث کاهش ناهنجاری اجتماعی و ابعاد آن (سرقت، پرخاشگری، مواد مخدر، مسائل جنسی و خودکشی) در گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل شده است. این نتایج هماهنگ با نتایج مشیریان فراخی و همکاران (۵) پورآوری (۶)، حسین پناهی و گودرزی (۴)، زارع و نمدارپور (۷)، روسودی و همکاران (۸)، ماجد و همکاران (۹)، و لیگ آرتون (۱۰) می‌باشد.

تمامی پژوهشهای پیشینه به تأثیر آموزش واقعیت‌درمانی مبتنی بر نظریه انتخاب بر کاهش ناهنجاریهای اجتماعی تأکیده نموده‌اند. مثلاً حسین پناهی و گودرزی (۴)، مشیریان فراخی و همکاران (۵)، زندی پور و پورآوری (۶) و زارع و نمدارپور (۷) در پژوهشهای جداگانه ای دریافته‌اند که آموزش واقعیت‌درمانی مبتنی بر نظریه انتخاب به شیوه گروهی بر ارتباطات اجتماعی و روحی، کاهش پرخاشگری، سوء مصرف مواد و... افزایش سلامت روان و روابط اجتماعی مناسب و کاهش آسیب به خود، بی‌خوابی و علائم جسمی می‌گردد. نتایج یافته‌های روسودی و همکاران (۸) در

روش درمانی مناسب برای کاهش رفتارهای ناهنجار افراد استفاده نمود. این مداخله، زمانی اهمیت بیشتری پیدا می‌کند که افراد دریابند بخشودگی منجر به بهبود عملکرد شخصی و اجتماعی آنان می‌شود.

یافته‌های این پژوهش می‌تواند شواهد امیدوارکننده‌ای از کارایی واقعیت درمانی مبتنی بر نظریه انتخاب توأم با بخشایش درمانی بر روی دانش‌آموزان در اختیار قرار دهد. از این رو مداخلات واقعیت درمانی مبتنی بر نظریه انتخاب توأم با بخشایش درمانی علاوه بر جنبه‌های درمانی می‌توانند به صورت کارگاه آموزشی یا در غالب بخش عملی دروس به دانش‌آموزان آموزش داده شود تا آنان بتوانند در زندگی عملی خویش، واقعیت درمانی مبتنی بر نظریه انتخاب توأم با بخشایش را بکار گیرند و از سوی دیگر بسته‌های آموزشی و بروشورهای در غالب مفاهیم واقعیت درمانی و بخشایش که در آن نحوه تأثیر و چگونگی واقعیت درمانی مبتنی بر نظریه انتخاب و بخشایش بر کاهش ناهنجاریهای اجتماعی تفسیر شده است، تدارک دیده و در اختیار دانش‌آموزان قرار گیرد. همچنین به پژوهشگران انجام پژوهشی مشابه بر روی نمونه بزرگتر انجام شود تا امکان بررسی و مقایسه در گروه‌های مختلف امکان‌پذیر شود.

از محدودیت‌های این پژوهش دسترسی دشوار به افراد نمونه بود. همچنین خاص و محدود بودن جامعه آماری پژوهش به دانش‌آموزان ناتوان یادگیری می‌تواند در تعمیم‌پذیری (اعتبار بیرونی) نتایج اثر بگذارد.

با توجه به یافته‌های پژوهش، چون متغیر " ناهنجاری اجتماعی"، کاهش یافته است، نتیجه می‌گیریم که در سطح کاربردی، یافته‌های این مطالعه حاکی از اثربخشی واقعیت درمانی مبتنی بر نظریه انتخاب توأم با بخشایش درمانی بر کاهش ناهنجاری اجتماعی و در نتیجه بهبود و ارتقای عملکرد تحصیلی و بهداشت روانی دانش‌آموزان مبتلا به ناتوانی یادگیری می‌باشد.

References

1. Shoviachi, J. Mindfulness Therapy on the Level of Social Anxiety and Self-Esteem of Elementary School Students with Learning Disorder. MEJDS, 9(30), 1-9. (2019).
2. Rahimi, Mohammad; Fathi, Leila; Afrasiabi, Fatemeh; Eskandari, Rana. Investigating the relationship between virtual social networks and the tendency to moral anomalies. Scientific Journal of Social Order, (11) 2, 160-135. (2019).
3. Abdi Dehkordi, zero; Sharifi, Tayyeba; Ghazanfari, Ahmad and Solati, Kamal. The effectiveness of group reality therapy on irrational beliefs, psychological

علاوه بر این نتایج دیگر این پژوهش نشان داد که بخشایش درمانی در پس‌آزمون در پس‌آزمون باعث کاهش ناهنجاری اجتماعی و ابعاد آن (سرقت، پرخاشگری، مواد مخدر، مسائل جنسی و خودکشی) در گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل شده است. این نتایج هماهنگ با نتایج اسدی و همکاران (۱۵)، دهقانی و همکاران (۱۶)، وفائی و همکاران (۱۷)، اختر و بارلو (۱۸)، بارکاسیا (۱۹) و والنداری و ارما مگاوایت (۲۰) می‌باشد.

شماری از پژوهش‌ها به اثربخشی بخشودگی بر ناهنجاریهای اجتماعی اشاره نموده‌اند مثلاً اسدی و همکاران (۱۵)، دهقانی و همکاران (۱۳۹۶)، وفائی و همکاران (۱۳۹۸) در پژوهشهای جداگانه‌ای به این نتیجه دست یافتند که بخشایش درمانی در کاهش میزان افسردگی، خشم و خصومت، ابعاد خود ارزشی، رهاسدگی، سوگ، استرس، پریشانی، رفتارهای قلدرانه و سوء مصرف مواد و افزایش صمیمیت اجتماعی و خود ارزشی اجتماعی اثر بخش بوده است. اختر و بارلو (۱۸) در پژوهشی فرا تحلیلی نشان دادند که مداخلات بخشش به صورت معناداری در کاهش میزان افسردگی، خشم و خصومت، استرس و پریشانی اثربخش بوده‌اند و همچنین توانسته‌اند سطح عواطف مثبت را ارتقاء دهند. بارکاسیا (۱۹) در پژوهشی به این نتیجه دست یافت که آموزش بخشودگی در نوجوانان باعث کاهش پرخاشگری، سوء مصرف مواد، رفتارهای مقابله‌ای نامناسب و افزایش شادکامی و بهزیستی معنوی می‌گردد. والنداری و ارما مگاوایت (۲۰) در پژوهش خود نشان داد که بخشش عامل مهمی برای بهزیستی روانشناختی در نوجوانان است. همچنین بخشش تأثیری مثبتی بر خوشبختی، بهزیستی معنوی و بهزیستی ذهنی و کاهش پرخاشگری، نوجوانان دارد.

از این نتایج می‌توان چنین استنباط نمود که مشاوره گروهی مبتنی بر بخشش" بر افزایش سازگاری با محیط اجتماعی، می‌تواند کمک دهنده باشد. بخشش هم یک تصمیم و هم یک تغییر واقعی در تجربه عاطفی افراد است که این تغییر در عواطف یا هیجانات با آرامش و سازگاری جسمی و روانی رابطه دارد. دانش‌آموزان دارای ناتوان یادگیری به دلیل برخی رفتارهای ناهنجار به دلائل مانند احساس طرد شدن، آینده نامعلوم و ترس از شکست تحصیلی دچار خشمی می‌شوند که اکثراً تلاش می‌کنند که آن را سرکوب کنند غافل از اینکه خشم در طولانی مدت باعث افسردگی می‌شود. این در حالی است که در جلسات بخشش درمانی، از طریق تمرین نمادین دست شستن و رها کردن رنجشی که گویی در دست‌ها مشت شده است و با فنون نگاه کردن در آینه به خود به عنوان فردی که بخشنده است، به فرد کمک می‌شود که از رفتارهای ناهنجار قبلی رهایی پیدا کند. بنابراین جلسات " مشاوره گروهی مبتنی بر بخشایش" زمینه حضور فرد را در اجتماع فراهم می‌کند. در واقع فرد را برای شرکت در فعالیتهای اجتماعی و تقویت زمینه‌هایی که در اثر رفتارهای ناهنجار (همانند خشم، سوء مصرف مواد، سرقت و...) دستخوش تغییر شده، برای احساس مفید بودن آماده نماید و زمینه خود ارزشی اجتماعی را در فرد فراهم کند (۱۷). در کل می‌توان از مداخله بخشودگی به عنوان یک

- .C; Vickers Douglas, K.S. Forgiveness education in fibromyalgia: A qualitative inquiry. *Pain Studies and Treatment*, 2(1), 11-16. (2015).
12. Stuntzner, S; Dalton, J.A; MacDonald, A. Application of forgiveness in rehabilitation psychology: a positive option for change. *Int Phys Med Rehab J*, 4(4):184-191. (2019).
13. Kazemianmoghadam, k; mehrabi zadeh honarmand, M; kiamanesh, A. The casual relationship of differentiation, meaningful life, and forgiveness with marital disaffection by mediating role of marital conflict and marital satisfaction. *Psychological Models and Methods*. 9(31), 131-146. (2018).
14. Cornish, M.A; Wade, N.G; Cikara, A. Self-forgiveness in individual psychotherapy: Therapeutic models and counseling outcomes. In L. Woodyat, E. L. Worthington, Jr., M. Wenzel, & B. J. Griffin (Eds.), *Handbook of the psychology of self-forgiveness* (p. 163–177). Springer International Publishing. (2017).
15. Asadi, Maryam; Sohrabi, Faramarz and Borjali, Ahmad. The effect of forgiveness therapy on aggression and empathy of delinquent male adolescents. *Developmental Psychology*, (2) 5, 208-187 (2015).
16. Dehghani, M; Zarei, E; Asgari, M; Naziri, G.H. [The effectiveness of metaphor and forgiveness therapy on the dimensions of post-divorce women's adjustment]. *Journal of Psychological Methods*, 8 (27), 30-48. (2017).
17. Wafae, Lily; Soleimani, Ali Akbar and Mohammadzadeh Ebrahimi, Ali. *Journal of Health Promotion Management*, (2) 9, 21-12 (2015).
18. Akhtar, S; Barlow, J. Forgiveness Therapy for the Promotion of Mental Well-Being: A Systematic Review and hardiness and academic achievement of gifted students. *Exceptional Children Quarterly*, (1) 19, 108-95. 2018.
4. Hossein Panahi, N; Goudarzi, M. The efficacy of teaching components of choice theory on parent- child conflicts and the self- sufficiency of female students. *European Journal of Social Sciences Studies*, 2(10):171-182. (2018).
5. Moshirian Farahi, Maryam; Moshirian Farahi, Mohammad Mehdi; Mr. Mohammadian Sharabaf, Hamidreza; Sepehri Shamloo, Zohreh Partiality of reality therapy in a group manner based on selection theory on the quality of life of aggressive people. *Journal of Psychiatric Nursing*, (1) 5, 52-47 (2017).
6. Puravari, Minoo; Zandipour, Tayebeh and Pooravari, Marjan. The effectiveness of reality therapy group training on reducing aggression of female students with Iranian culture. *International Conference on Psychopathological Culture and Education* (2017).
7. Zare, F; Namdarpour, F. The effectiveness of choice theory training on the mental health of adolescent girls. *Int Arch Health Sci*, 7, 131-6. (2020).
8. Rosidi, R;Sutoyo, A; Purwanto, E. Effectiveness of reality therapy group counseling to increase the self-esteem of students. *J Bimbingan Konseling*, 7, 12-6. (2018)
9. Majeed, Z; Van Wijngaarden, E; Dolan, J.G; Shah, K.N. Depression partially mediated the relationship between basic psychological needs and quality of life among people living with HIV. (2017).
10. Leigh Atherton, W. The Integration of Choice Theory and Equine-Assisted Therapy within Adolescent Addiction Treatment. *J Addict Addictv Disord*, 7, 035 (2020).
11. Toussaint, L. L; Vincent, A; Whipple ,M .O; McAllister .S.J; Finnie, D .M; Hathaway, J.C;mOh, T. H; Fleming, K

Meta-Analysis. *Trauma Violence Abuse*, 19(1):107-122. (2018).

19. Barcaccia, B; Pallini, S; Pozza, A; Milioni, M; Baiocco, R; Mancini, F; Maria Vecchio, G. Forgiving Adolescents: Far from Depression, Close to Well-Being. (2019).

20. Wulandari, I; Megawati, F.E. The Role of Forgiveness on Psychological Well-Being in Adolescents: A Review. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 395. (2020).

21. Quinn, G.P; Keough, M.J. *Experimental Design and Data Analysis for Biologists*. Cambridge: Cambridge University (2002).

22. Bagheri Karachi, Amin and Mehrabi, Amir Hossein. Comparison of attitudes toward social harm in students by family context. *Social Order Quarterly*, (4) 9, 96-71 (2017).

23. Glasser, William Reality therapy. Translated by Ali Sahebi (1391). Sixth edition, Tehran: ISBN (1960).

24. Lavaf Purnuri, Farshad; Zaharakar, Kianoosh and Sanaei Zakir, Baqer (1391). Evaluation of the effectiveness of group forgiveness therapy in reducing aggression in aggressive adolescents aged 11 to 13 years in Dezful. *Journal of Shahid Sadoughi University of Medical Sciences and Health Services*, (85/4) 20, 489-500