

اثر بخشی آموزش واقعیت درمانی (تئوری انتخاب) در کاهش خطاهای شناختی و جهت‌گیری زندگی نوجوانان بدسرپرست و بی‌سرپرست.

مهدی برزگر (کارشناس ارشد مشاوره خانواده)

دکتر رجیلی محمدزاده (استادیار روانشناسی دانشگاه پیام نور مازندران بابل)

دکتر باب اله بخشی‌پور (استادیار روانشناسی دانشگاه پیام نور مازندران ساری)

دکتر انسیه بابایی (استادیار روانشناسی دانشگاه پیام نور مازندران ساری)

چکیده

هدف پژوهش حاضر، بررسی اثر بخشی آموزش واقعیت درمانی (تئوری انتخاب) بر کاهش خطاهای شناختی و جهت‌گیری زندگی نوجوانان بدسرپرست و بی‌سرپرست بود. نمونه آماری شامل 30 نفر از دانش‌آموزان متوسطه اول شهر آمل که به صورت نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و در بررسی و مصاحبه که ملاک‌های بدسرپرستی و بی‌سرپرستی را دارا بودند، در دو گروه آزمایش و گروه کنترل گمارده شدند. گروه آزمایش به مدت 11 هفته، هفته‌ای دو جلسه به مدت هفتاد دقیقه در معرض متغیر مستقل آموزش تئوری انتخاب قرار گرفتند. داده‌ها از طریق پرسشنامه جهت‌گیری زندگی شی-یر و کارور (lot)، مقیاس خطاهای شناختی کوین و همکاران (2013) گردآوری شد. تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیره و یک متغیره انجام شد. یافته‌ها نشان می‌دهد پس از مداخله به شیوه واقعیت-درمانی در آزمودنی‌های گروه آزمایش خطاهای شناختی به طور معناداری در مقایسه با گروه کنترل کاهش یافت و همین‌طور جهت‌گیری زندگی در گروه آزمایش به طور معناداری در مقایسه با گروه کنترل افزایش داشته است. یافته‌ها نشان دادند که رویکرد واقعیت‌درمانی شیوه اثر بخش و سودمند در جهت کاهش خطاهای شناختی و افزایش جهت‌گیری زندگی (خوشبینی) در نوجوانان بدسرپرست و بی‌سرپرست می‌باشد.

کلید واژه‌ها: واقعیت‌درمانی، خطاهای شناختی، جهت‌گیری زندگی، تئوری انتخاب، خوشبینی