

بررسی تاثیر آموزش واقعیت درمانی گروهی بر دشواری تنظیم هیجانی و خودکارآمدی دانش آموزان دختر دوره دوم

نسرين راخ

کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی

N.rakh@yahoo.com

چکیده

پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی آموزش واقعیت درمانی گروهی بر دشواری تنظیم هیجانی و خودکارآمدی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه تبریز انجام شد. تحقیق حاضر، تحقیقی نیمه آزمایشی با استفاده از طرح پیش آزمون - پس آزمون با گروه کنترل می باشد. جامعه آماری تحقیق حاضر دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه ناحیه یک تبریز بود. از بین جامعه آماری نمونه ای به تعداد ۳۰ نفر (۱۵ نفر در گروه آزمایشی و ۱۵ نفر در گروه کنترل) انتخاب شد. بدین صورت که به صورت خوشه ای چند مرحله ای از بین دانش آموز دختر مدارس ناحیه ۱ تبریز یکی از مدارس انتخاب و از بین ۴ کلاس مذکور ۳۰ نفر از آنان که نمره بالا در مقیاس دشواری تنظیم هیجانی و نمره پایین در مقیاس خودکارآمدی داشتند، بعنوان نمونه انتخاب شدند. ابزار پژوهش پرسشنامه دشواری در تنظیم هیجانی گراتز و روئمر (۲۰۰۴) و پرسشنامه خودکارآمدی شرر و آدامز بود. پس از بررسی مفروضه ها از آزمون تحلیل کوواریانس (ANCOVA) استفاده شد. نتایج نشان داد آموزش واقعیت درمانی گروهی، دشواری تنظیم هیجانی را کاهش و خودکارآمدی دانش آموزان دختر را افزایش می دهد. نتایج نشان داد با توجه به سطح معناداری و مجذور اتای دشواری تنظیم هیجان که به ترتیب ۰/۰۰۱ و ۰/۶۶ می باشد و همچنین با توجه به سطح معناداری مجذور اتای خودکارآمدی به ترتیب ۰/۰۰۱ و ۰/۳۵ می باشد.

واژه های کلیدی: آموزش واقعیت درمانی گروهی ؛ دشواری تنظیم هیجانی؛ خودکارآمدی.