





دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت

پایان نامه جهت دریافت درجه کارشناسی ارشد در رشته مشاوره M-A
تأثیر مشاوره گروهی بر عملکرد تحصیلی و عزت نفس دانش آموزان دختر سال سوم
متوسطه شهر زنند در سال تحصیلی ۸۹-۸۸.

استاد راهنما :

دکتر فرشید خسرو پور

استاد مشاور:

دکتر لادن معین

نگارش:

نجمه اثنی عشری

تابستان ۱۳۸۹



د آزا اسلام

و ا ر و د ت

دانشکده علوم تربیتی

صورت جلسه دفاع از پایان نامه کارشناسی ارشد (M.A)

نام و نام خانوادگی دانشجو نجمه اثنی عشری در تاریخ ۱۳۸۹/ ۴/۲۷ رشته مشاوره

از پایان نامه خود تحت عنوان: تأثیر مشاوره گروهی بر عملکرد تحصیلی و عزت نفس دانش

آموزان دختر سال سوم متوسطه شهر زرنند در سال تحصیلی ۸۸-۸۹ .

با درجه و با نمره دفاع نموده است.

امضا	سمت	نام و نام خانوادگی اعضای هیأت داور
امضا	استاد راهنما	۱- دکتر فرشید خسروپور
امضا	استاد مشاور	۲- دکتر لادن معین
امضا	استاد داور	۳- دکتر زهرا قادری
امضا	استاد ناظر	۴- دکتر عباس قلتاش
	مدیر / معاونت پژوهشی	مراتب مورد تأیید است

امضا و مهر

تقدیم به :

روح پدر بزرگوارم

مهربان ماندنی و عالیقدر مادر عزیزم

همچنین خواهر و برادرانم

سپاسگزاری

نخستین سپاس به پیشگاه حضرت دوست که هر چه هست از اوست.
با سپاس از استاد گرانقدر **آقای دکتر خسروپور** که با راهنمایی های
خردمندانه در همه مراحل روشنگر راه بودند.

با سپاس از استاد ارجمند **خانم دکتر معین** که با راهنمایی و نکته
سنجیهای دقیق خود هموار کننده راهم بودند .

با سپاس از استاد ارجمند **خانم دکتر قادری** که با حضور خود در
جلسه دفاع ، به اینجانب افتخار دادند که داوری پایان نامه را بعهده
بگیرند ، صمیمانه سپاسگزارم.

با سپاس از مدیر گروه محترم که همواره یاری رسان ما دانشجویان بودند.

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
	فصل اول - کلیات پژوهش
۱	۱-۱ مقدمه.....
۷	۲-۱ بیان مسئله.....
۱۰	۳-۱ اهمیت ضرورت پژوهش.....
۱۱	۴-۱ فرضیات پژوهش.....
۱۲	۵-۱ اهداف پژوهش.....
۱۲	۶-۱ تعاریف واژه ها و اصطلاحات.....
	فصل دوم - ادبیات و پیشینه تحقیق
۱۶	۱-۲ مقدمه.....
۱۶	۲-۲ مشاوره گروهی.....
۱۹	۳-۲ عملکرد تحصیلی.....
۱۹	۱-۳-۲ مفهوم عملکرد تحصیلی.....
۲۴	۲-۳-۲ خود کار آمدی.....
۲۴	۳-۳-۲ تاثیرات هیجانی.....
۲۵	۴-۳-۲ برنامه ریزی.....
۲۵	۵-۳-۲ منبع کنترل.....
۲۶	۶-۳-۲ انگیزش تحصیلی.....
۲۶	۴-۲ مفهوم عملکرد تحصیلی از دیدگاه بعضی از صاحب نظران.....

فهرست مطالب

صفحه

عنوان

۲-۱۵ انگیزه و پیشرفت تحصیلی

..... ۳۱

۲-۶ مفهوم خودپنداره تحصیلی و رابطه آن با عملکرد تحصیلی..... ۳۲

۲-۷ عزت نفس..... ۳۶

۲-۷-۱ مفاهیم و تعریف عزت نفس ۳۶

۲-۷-۲ انواع عزت نفس ۳۸

۲-۷-۴ چرخه عزت نفس بالا ۳۹

۲-۷-۵ چرخه باطل عزت نفس پایین..... ۴۱

۲-۷-۶ ویژگی های افراد دارای عزت نفس ۴۲

۲-۷-۷ اصول اساسی عزت نفس ۴۳

۲-۷-۸ شیوه های ایجاد و تقویت اعتماد به نفس ۴۴

۲-۷-۹ تقویت اعتماد به نفس ۴۵

۲-۷-۱۰ مفهوم عزت نفس از دیدگاه نظریه پردازان ۴۶

۲-۷-۱۱ روشهای درمانی برای افزایش اعتماد به نفس ۵۴

۲-۸ روشهای درمانی برای افزایش عزت نفس ۵۵

۲-۸-۱ بررسی مطالعات انجام شده در ایران ۵۵

۲-۸-۲ بررسی مطالعات انجام شده در خارج از

ایران..... ۶۴

فصل سوم- روش تحقیق

۶۹.....	۳-۱ مقدمه.....
۶۹.....	۳-۲ جامعه آماری.....
۷۰.....	۳-۳ نمونه و روش نمونه گیری.....

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۷۰.....	۳-۴ ابزار گرد آوری اطلاعات.....
۷۱.....	۳-۴-۱ نمره گذاری.....
۷۲.....	۳-۴-۲ روایی و پایایی گردآوری اطلاعات.....
۷۳.....	۳-۵ طرح پژوهش.....
۷۴.....	۳-۶ روش اجرای پژوهش.....
۷۷.....	۳-۷ شیوه تجزیه و تحلیل داده ها.....
	فصل چهارم- روش تجزیه و تحلیل داده ها
۷۸.....	مقدمه.....
۷۹.....	۴-۱ تجزیه و تحلیل توصیفی داده ها.....
۸۳.....	۴-۲ تجزیه و تحلیل استنباطی داده ها.....
۸۳.....	۴-۲-۱ فرضیات کلی.....
۸۷.....	۴-۲-۲ فرضیات جزئی.....
	فصل پنجم- بحث و نتیجه گیری
۹۷.....	۵-۱ خلاصه پژوهش.....
۹۸.....	۵-۲ فرضیات کلی.....
۱۰۰.....	۵-۳ فرضیات جزئی.....

۱-۳-۵ فرضیه جزئی اول ۱۰۰

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۱۰۱.....	۲-۳-۵ فرضیه جزئی دوم
۱۰۱.....	۳-۳-۵ فرضیه جزئی سوم
۱۰۲.....	۴-۳-۵ فرضیه جزئی چهارم
۱۰۳.....	۵-۳-۵ فرضیه جزئی پنجم
۱۰۴.....	۴-۵ محدودیت های پژوهش
۱۰۴.....	۵-۵ پیشنهادات
۱۰۵.....	۱-۵-۵ پیشنهادات کاربردی بر اساس یافته های پژوهش
۱۰۵.....	۲-۵-۵ پیشنهاد برای تحقیقات آتی
	منابع و ماخذ
۱۰۶.....	منابع فارسی
۱۱۲.....	منابع خارجی

فهرست جداول

صفحه	عنوان
۷۹.....	جدول ۴-۱- میانگین و انحراف استاندارد عملکرد تحصیلی و عزت نفس در پیش آزمون
۸۱.....	جدول ۴-۲- میانگین و انحراف استاندارد عملکرد تحصیلی و عزت نفس در پس آزمون
۸۳.....	جدول ۴-۳- مقایسه میانگین نمرات عملکرد تحصیلی
۸۵.....	جدول ۴-۴- مقایسه میانگین نمرات عزت نفس
۸۷.....	جدول ۴-۵- مقایسه میانگین نمرات خود کار آمدی
۸۹.....	جدول ۴-۶- مقایسه میانگین نمرات تاثیرات هیجانی
۹۱.....	جدول ۴-۷- مقایسه میانگین نمرات برنامه ریزی
۹۳.....	جدول ۴-۸- مقایسه میانگین نمرات فقدان کنترل
۹۵.....	جدول ۴-۹- مقایسه میلنگین نمرات انگیزش

فهرست نمودارها

صفحه	عنوان
۸۴.....	نمودار ۴-۱- نمره های عملکرد تحصیلی در پیش آزمون
۸۴.....	نمودار ۴-۲- نمره های عملکرد تحصیلی در پس آزمون
۸۶.....	نمودار ۴-۳- نمره های عزت نفس در پیش آزمون
۸۶.....	نمودار ۴-۴- نمره های عزت نفس در پس آزمون
۸۸.....	نمودار ۴-۵- نمره های خود کار آمدی در پیش آزمون
۸۸.....	نمودار ۴-۶- نمره های خود کار آمدی در پس آزمون
۹۰.....	نمودار ۴-۷- نمره های تاثیرات هیجانی در پیش آزمون
۹۰.....	نمودار ۴-۸- نمره های تاثیرات هیجانی در پس آزمون
۹۲.....	نمودار ۴-۹- نمره های برنامه ریزی در پیش آزمون
۹۲.....	نمودار ۴-۱۰- نمره های برنامه ریزی در پس آزمون
۹۴.....	نمودار ۴-۱۱- نمره های فقدان کنترل در پیش آزمون
۹۴.....	نمودار ۴-۱۲- نمره های فقدان کنترل در پس آزمون
۹۶.....	نمودار ۴-۱۳- نمره های انگیزش در پیش آزمون
۹۶.....	نمودار ۴-۱۴- نمره های انگیزش در پس آزمون

چکیده

این پژوهش از نوع پژوهش های نیمه تجربی است که به بررسی اثر بخشی مشاوره گروهی بارویکرد ایس بر عملکرد تحصیلی و عزت نفس دانش آموزان دختر سال سوم مقطع متوسطه شهر زرنند پرداخته است. جامعه آماری شامل کلیه دانش آموزان دختر شهر زرنند بود که از طریق روش نمونه گیری خوشه ای چند مرحله ای ۳۰ نفر (برای دو گروه ۱۵ نفری آزمایش و کنترل) انتخاب شدند.

ابزار مورد استفاده پرسشنامه عملکرد تحصیلی (EPT) و پرسشنامه عزت نفس مدرسه ای کوپراسمیت استفاده شد و برای تحلیل نمره های دو گروه از آزمون پارامتریک t مستقل استفاده شد. در این تحقیق عملکرد تحصیلی، ابعاد مختلف عملکرد تحصیلی (خودکارآمدی، تأثیرات هیجانی، برنامه ریزی، فقدان کنترل پیامد، و انگیزش) و عزت نفس با توجه به شیوه مشاوره گروهی مورد بررسی قرار گرفته است.

نتایج این تحقیق نشان داد که مشاوره گروهی بر خودکارآمدی، برنامه ریزی فقدان کنترل پیامد، انگیزش و عزت نفس مؤثر است ($p < .05$)، اما بر تأثیرات هیجانی، تأثیری ندارد. بنابراین پیشنهاد می شود که این روش در مدارس برای ارتقا سطح سلامت و تحصیل دانش آموزان بکار رود.

کلید واژه ها:

مشاوره گروهی، عملکرد تحصیلی، عزت نفس

فصل اول

کلیات پژوهش

۱-۱ مقدمه

امروزه در رشته های گوناگون علوم انسانی، به ویژه در روانشناسی و علوم تربیتی، تصور و آگاهی آدمی درباره ی ویژگیهای خود و ارزیابی آن، یکی از مهمترین موضوع های بررسی به شمار می رود

یافته های پژوهشی نشان می دهد که باور انسان به ظرفیت ها و تواناییهای خود، عامل تعیین کننده در بهداشت روانی و موقعیت او در عرصه های گوناگون زندگی است (بیابانگرد، ۱۳۸۴).

عزت نفس^۱ و عملکرد تحصیلی^۲ از مفاهیمی است که در چند دهه ی اخیر مورد توجه بسیاری از روانشناسان و پژوهشگران بوده است، اگر چه این موضوع ها در مباحث دانشمندان و فیلسوفان کهن تر آموزش و پرورش به چشم می خورد. در گزارش های تاریخی، دیدگاه های فیلسوفان و شاعران، و داستانها و افسانه ها، گواه بر این است که انسان نیاز دارد که خودش را خوب بداند و تمام کارکردهایش را اخلاقی و منطقی جلوه دهد. در صد سال گذشته نیز بسیاری از روانشناسان این

1 -Self-esteem

2 -Educational performance

دیدگاه را پذیرفته اند که انسان به عزت نفس نیازمند است (آدلر^۳، ۱۹۳۷، آلپورت^۴، ۱۹۵۳، هورنای^۵، ۱۹۳۷؛ مزلو^۶، ۱۹۷۰ به نقل از بیابانگر، ۱۳۸۶).

افرادی دارای عزت نفس بالا، کسانی هستند که اعتماد به نفس و توانایی ابراز وجود دارند، خود را با استعداد و خلاق می دانند، و به راحتی از عوامل پیرامون تأثیر نمی پذیرند. پژوهش هایی که بر روی نوجوانان انجام شده، نشان دهنده تأثیر ارتباط مادر با کودک در پدید آوردن خودپنداره مثبت و عزت نفس است. در این بررسی تأثیر منابع حمایتی پدر، مادر و دوستان بررسی شد و یافته ها نشان داد که منابع حمایت اجتماعی همبستگی تنگاتنگ و دوسویه با عزت نفس در نوجوانان دارد. از سوی دیگر، عزت نفس با پیشرفت تحصیلی نیز همبستگی بالایی دارد اگر کودک از پیش در مورد تکالیف مدرسه ای تصویری موفقیت آمیز داشته باشد و اگر به خاطر یادگیری این تکالیف از سوی آموزگار، والدین، و همسالان خود تشویق گردد، نگرش او به مدرسه و یادگیری در مدرسه مثبت خواهد شد، و او مشتاق خواهد بود تجارب بیشتری در آنجا به دست آورد (بیابانگرد، ۱۳۸۴).

در پژوهشی های کرنسیس^۷، براکنر^۸، و فرانکل^۹ (۱۹۸۹) همبستگی عزت نفس و تصور فرد از توانایی خود تأیید شد. (بدین سان که اگر عزت نفس کاهش یابد، احساس ضعف و ناتوانی در فرد پدید می آید) و به عکس با افزایش پیشرفت تحصیلی، افزایش تلاش برای دست یابی به موفقیت،

3 -Adler
4 - Allport
5 -Horney
6 - Maslow
7-Kernis
8 -Brokner
9- Frankel

اعتماد به نفس داشتن، بلند همت بودن گرایش به بیشتر سالم تر بودن، لذت بردن از پیوند با دیگران، و پیش بینی مثبت موفقیت های آینده در او پدیدار می شود (بیابانگرد، ۱۳۸۴).

یافته ها و بررسی های متعدد نشان می داد که دانش آموزان ناموفق به دلیل نداشتن تجارب موفقیت آمیز کافی، توانایی ها و استعداد های خود را منفی ارزیابی می کنند و میزان عزت نفس در چنین دانش آموزانی بسیار پایین است. بهره مندی از عزت نفس، گذشته از آن که بخشی از سلامت روانی شمرده

می شود، به پیشرفت تحصیلی وابسته است. پژوهشگران واقعی دریافته اند که عزت نفس با گرفتن نمره بالا در مدرسه رابطه دارد این رابطه به ویژه آن گاه بالاتر می رود که کودکان و نوجوانان خودشان را به عنوان دانش آموز ارزیابی می کنند که می توان آن را عزت نفس تحصیلی^{۱۰} خواند (بیابانگرد، ۱۳۸۴).

تحقیقات نشان دادند که وقتی یک رویداد یا واقعه ناراحت کننده برای فرد اتفاق می افتد خود آن رویداد فرد را مضطرب یا ناراحت نمی کند بلکه برداشت فرد از آن رویداد است که منجر به اضطراب و ناراحتی فرد می شود و همچنین تنش ها و ناراحتی های فرد زاییده طرز تفکر غیر منطقی اوست. انسان از طریق تفکر صحیح و منطقی همانطور که باعث اضطراب خود می شود. می توان خود را از شر ناراحتی های خویش رها سازد (شفیع آبادی و ناصری، ۱۳۸۳).

علاقه به یادگیری، دست آورد عواملی است که به شخصیت و توانایی دانش آموز، ویژگی های تکلیف، شوق ها و دیگر عوامل پیرامونی مربوط است. انگیزه پیشرفت یکی از مفاهیم بنیادی روان-شناسی انگیزش است که تأثیری فراوان در پیشرفت و موفقیت دانش آموزان دارد. متغیرهای زیادی بر

انگیزش دانش آموزان اثر می گذارد. در این میان، آنچه اهمیتی قابل ملاحظه برای آموزگاران و جامعه دارد انگیزه پیشرفت (انگیزه برای موفقیت و خوب بودن در کار) است. در دیدگاه اسلاوین^{۱۱}، انگیزه پیشرفت مهمترین انگیزشی است که روان‌شناسان پرورشی با آن سرو کار دارند. پژوهش‌های انجام شده در این باره نشان می دهد که افراد از لحاظ این انگیزه با هم تفاوت فراوان دارند برخی انگیزه بالایی دارند و در رقابت با دیگران و در کارهای خود، برای دستیابی به موفقیت به سختی می کوشند برخی دیگر نیز انگیزه ی چندانی به پیشرفت و موفقیت ندارند و از ترس شکست، آماده ی خطر کردن برای دستیابی به موفقیت نیستند (بیابانگرد، ۱۳۸۴).

دانش آموزانی که انگیزه پیشرفت قوی دارند، در فعالیت های روزمره ی خود در جستجوی موفقیت هایی هستند که امکان بر آورده ساختن انگیزه های پیشرفت را فراهم می کند. و آنها معیارهای پیشرفت ویژه ای برای خود در نظر می گیرند و سپس برای دستیابی به آن معیارها به شدت تلاش می کنند (زیمرمن و شوک، ۱۹۹۹؛ به نقل بیابانگرد، ۱۳۸۴).

آمس^{۱۲}، انگیزه پیشرفت و یادگیری را در دانش آموزان از دبستان تا پایان دبیرستان بررسی کرد و دریافت دانش آموزانی که انگیزه پیشرفت بالا دارند، نمره های بالایی نیز از درسهای گوناگون می گیرند و افراد دارای ستون گوناگون انگیزه پیشرفت، در زندگی روزمره ی خود به شیوه های کاملاً متفاوت رفتار می کنند. برای نمونه، جوانانی که انگیزه پیشرفت بالایی دارند. بیش از آنان که انگیزه پیشرفت شان ضعیف است به تحصیل دانشگاهی، دستیابی به نمره های بالاتر، و شرکت در برنامه های غیر درسی گرایش دارند (بیابانگرد، ۱۳۸۴).

به طور کلی ، بررسی انگیزه پیشرفت از جنبه های گوناگون اهمیت دارد. در پیش بینی پیشرفت تحصیلی ، برخی از روان‌شناسان بررسی متغیرهایی هم چون انگیزه پیشرفت را از جهاتی مهمتر از هوش و استعداد می دانند ؛ زیرا هوش از سازه هایی مانند آن همچون عزت نفس را می توان با چاره اندیشی هایی دگرگون ساخت . بررسی های فراوانی که در نیم سده گذشته انجام شده است نشان می دهد که انگیزه پیشرفت با پیشرفت های شغلی ، رضایت از زندگی خلاقیت ، و پایداری شخصیتی همبستگی دارد. افزون بر این ، رشد صنعتی ، اقتصادی و یا علمی جامعه با سطح انگیزه پیشرفت در اعضای آن جامعه رابطه ی مستقیم دارد . در پژوهش های پوپ ، و مک هال و کرای ، هر ، بهره مندی از عزت نفس ، افزون بر آن که جزئی از سلامت روان به شمار می رود با پیشرفت تحصیلی مرتبط است. این ارتباط ، به ویژه آنگاه که کودکان و نوجوانان خود را به عنوان دانش آموز ارزیابی می کند بالاتر است (بیابانگرد، ۱۳۸۴).

پژوهش های فراوان نولی^{۱۳}، اسلاوین نشان داده است کسانی که انگیزه ی رفتار آنان با موفقیت است ، گرایش بیشتری به گزینش راه های مختلف نشان می دهند . یا بیشتر به کارهایی دست می زنند که احتمال متوسط موفقیت دارد برنی^{۱۴} ، (۱۹۹۵) برگرفته از بیابانگرد (۱۳۸۴) رفتارهای این گونه اشخاص را چنین بر می شمارند .

۱- موفقیت هایی را ترجیح می دهند که دقیقاً در آن ارزشیابی شوند .

۲- ترجیح می دهند را با گروه هایی مقایسه کنند با آسان تفاوتی آشکار شوند.

۳- مسئولیت پذیری

13 -Newby

14-Birney

۴- سخت کار می کنند

۵- در پی چالش برتری ، فردیت ، نتیجه خواهی خطر پذیری هستند .

۲-۱ بیان مسئله

یکی از دشواریها ی دوره ما ،نگرش های خود کم بینانه ی افراد ،به ویژه دختران است .شاید یکی از دلایل آن این باشد که بیشتر جوامع موفقیت مدار هستند به کامیابی و برتری ارزش می دهند .پژوهش های گوناگون نشان داده است که شیوه ی نگرش فرد به خود در پدید آوردن شکست و کامیابی وی تأثیر دارد . از این رو ،امروزه به عوامل تعیین کننده ی رفتار از جمله نظام خود و خود ارزیابی توجهی ویژه می شود (کریم زاده ، محسنی ، ۱۳۸۴) .

در پی مطالعاتی که الیسون^{۱۵} انجام داد ، مشخص شد که از دست دادن حس کنترل و ایجاد نارضایتی فردی یکی از جنبه های مشخص عزت نفس پایین است . در بررسی های که بر روی افراد

دارای عزت نفس پایین صورت گرفته علائمی چون ، شکایات جسمانی ، افسردگی، اضطراب، کاهش سلامت عمومی بدن ، بی تفاوتی و احساس تنهایی ، کاهش عملکرد ، عدم موفقیت آموزشی و داشتن مشکلات بین فردی ، گزارش شده است (کلدبرگ، و همکاران ، ۱۹۸۰، کوپر اسمیت ، ۱۹۶۷؛ برمل^{۱۶} ، ۱۹۶۳ ، به نقل بیابانگرد ، ۱۳۷۳).

در دیدگاه راجرز^{۱۷} و کلی^{۱۸} ، خود پنداره نقش مهم در یکپارچگی عملکرد انسان دارد. کودک همچنان که می بالد ، تجارب بیشتری به دست می آورد و پنداشتهای شخصی را از خود به عنوان یک فرد رشد و

گسترش می دهد . این پنداشت ها ، همچنان که در پیوند با دیگران ساخته می شود ، می تواند به کنش وگزینش افراد نیز اثر گذارد و از این رو روان شناسان عزت نفس را دارای ویژگیهای انگیزشی می دانند (کریم زاده، محسنی ، ۱۳۸۴) .

مطالعات انجام شده بیانگر رابطه بین عزت نفس تحصیلی و پیشرفت تحصیلی است. هر فرد فعالیت هایی را که با موفقیت انجام داده است و یا می تواند انجام دهد را دوست دارد . تصور دانش آموز درباره ی موفقیت یا شکست در یک تکلیف یادگیری مبتنی بر تجاربی است که وی در رابطه با آن تکلیف یا تکالیف مشابه ، از معلمان والدین ، همسالان و همچنین اشخاصی که به طریقی با تکلیف مورد نظر رابطه داشته اند ، کسب کرده است. اگر فرد معتقد باشد که در گذشته تکالیف مشابهی را با موفقیت انجام داده است احتمالاً با تکالیف بعدی با نوعی عاطفه مثبت برخورد خواهد کرد و اگر

16-Bermlle

17- Rogers

18 -Kelly