

تاثیر مشاوره REBT در بهبود انگیزش و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه زاهدان

افسانه کیانی

کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، گروه روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی، کرمان، ایران

چکیده:

مشاوره گروهی از رویکردهای مهم روانشناسی است که با هدف ایجاد تغییر در شناخت، هیجان و رفتار افراد در قالب گروهی سازمان یافته انجام می‌شود. به کارگیری روش درمان عقلانی-هیجانی-رفتاری در قالب مشاوره گروهی نقش مهمی در شناسایی باورهای غیرمنطقی و جایگزین کردن آنها با باورهای منطقی دارد. هدف این پژوهش بررسی تاثیر مشاوره گروهی با روش REBT در بهبود انگیزش و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان می‌باشد. جامعه آماری شامل کلیه دانش‌آموزان دختر متوسطه اول شهر زاهدان است که با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای ۴۸ نفر انتخاب شدند. پژوهش از نوع پیش-آزمون-پس‌آزمون با گروه آزمایش و کنترل بود که ۲۴ نفر گروه آزمایش و ۲۴ نفر گروه کنترل شرکت داشتند. این پژوهش نیمه تجربی بوده و از پرسشنامه‌های انگیزش تحصیلی هارتر (۱۹۸۱) و پرسشنامه پیشرفت تحصیلی (۱۹۷۱) استفاده شد. مشاوره گروهی به صورت ۹ جلسه ۸۰ دقیقه‌ای برای دانش‌آموزان انجام شد. نتایج اجرای آزمون t مستقل حامی از آن بود که بین میانگین نمرات گروه آزمایش با گروه کنترل تفاوت معناداری وجود دارد. به این معنی که مشاوره گروهی بر بهبود انگیزش و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دختر موثر بوده است. مشاوره گروهی به روش REBT با ایجاد تغییر در نگرش دانش‌آموزان دختر نسبت به یادگیری و اصلاح باورهای ناکارآمد آنها موجب شد آنها دیدگاه مثبت تری نسبت به یادگیری پیدا کرده و با کاهش ترس و اضطراب، انگیزه درونی خود را نسبت به یادگیری تقویت نمایند.

واژگان کلیدی: مشاوره گروهی، انگیزش تحصیلی، پیشرفت تحصیلی، دختران

۱-مقدمه

نهاد آموزش و پرورش در هر کشور وظیفه دارد در جهت رشد توانایی‌ها و استعدادهای دانش‌آموزان در زمینه تحصیلی به طور اخص و در زمینه‌های مختلف زندگی به طور اعم، تلاش کند. بدون شک، پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان در دنیای امروزی از عوامل مهم در موفقیت فردی محسوب می‌شود و کسب مهارت‌های تحصیلی مختلف نظیر مشاوره گروهی تحصیلی در آن از اهمیت بالایی برخوردار است (خدارحمی، غلامی، ۱۳۹۸). مشاوره گروهی فعالیتی سازمان یافته است که در آن اعضا از طریق رفتار هوشمندانه، قابلیت‌های شخصی و منابع درونی خود را بررسی می‌کنند. این روش بر نوع خاصی از مشکل تأکید دارد که هدف آن آموزشی، اصلاحی و پیشگیرانه است (زارع، غلامی سعادت آبادی، ۱۴۰۳). در مشاوره گروهی چند نفر به صورت همزمان مورد مشاوره قرار گرفته و از روش‌های حمایتی و بازخوردهای تعاملی استفاده می‌کنند. این نوع مشاوره نقش مهمی در راهنمایی اعضای گروه جهت درک ماهیت میان فردی مشکلات و رفع موانع رشدی و بدست آوردن مهارت‌های فردی دارد (دردخوار و همکاران، ۱۴۰۳). یکی از رویکردهای مشاوره گروهی، روش REBT، تحت عنوان درمان عقلانی-عاطفی-رفتاری بوده که توسط الیس مطرح شده است. در این روش اعتقاد بر این است که خود رویداد، احساسات ناخوشایندی را در فرد ایجاد نمی‌کند، بلکه باور فرد، به شکلی منطقی یا غیرمنطقی، بر بروز پیامدهای خوشایند و ناخوشایند ناشی از آن تأثیر می‌گذارد (شفیع آبادی و ناصری، ۱۳۸۳). روش درمان عقلانی-هیجانی-رفتاری می‌تواند در تقویت زیرساخت‌های اجتماعی-عاطفی دانش‌آموزان مؤثر باشد و این امر کمک مهمی به مشاوران مدارس می‌کند تا بتوانند با استفاده از روشی مناسب و کم‌هزینه، بسیاری از مشکلات دانش‌آموزان را حل کرده و زمینه پیشرفت‌های بعدی آنها را فراهم نمایند (زارع، غلامی سعادت آبادی، ۱۴۰۳). بنابراین الیس، مشاوره گروهی به شیوه عقلانی-عاطفی-رفتاری را برای دانش‌آموزان جذاب دانسته و آن را روشی مناسب جهت درمان اختلالات عاطفی که نتیجه آن پیشرفت در زندگی و تحصیل می‌باشد، معرفی می‌کند (دردخوار و همکاران، ۱۴۰۳). مطالعه نعمتی (۱۳۹۰) نشان داد که مشاوره گروهی به روش درمان عقلانی-عاطفی-رفتاری بر خودکارآمدی و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دختر دوره دوم متوسطه نجف آباد تأثیر مثبت و معناداری داشته است.

از طرفی برخی از دانش‌آموزان از نظر استعداد یادگیری و توانایی مشابه بوده ولی از نظر پیشرفت تحصیلی با یکدیگر تفاوت دارند که این تفاوت‌ها در یادگیری دروس آموزشگاهی و فعالیت‌های تحصیلی دیگر می‌تواند نمود پیدا کند. صاحب‌نظران دلیل و منشا ایجاد چنین تفاوت‌هایی را به حوزه انگیزش در روانشناسی ربط داده‌اند؛ چرا که عامل انگیزش یکی از پیش نیازهای مهم در امر یادگیری به حساب می‌آید و می‌تواند بر عملکرد و پیشرفت تحصیلی تأثیرگذار باشد (آسترکی و همکاران، ۱۴۰۱). انگیزش پایین تحصیلی در نوجوانان نه تنها می‌تواند عملکرد آنها را از سطح مطلوب به نامطلوب رسانده بلکه میل رفتن به مدرسه را از آنها بگیرد و حتی دانش‌آموزان را در معرض ترک تحصیل قرار دهد. این امر آسیب‌های جبران ناپذیری برای دانش‌آموزان خواهد داشت. به همین دلیل به کارگیری روش‌های مؤثر نظیر مشاوره گروهی جهت ایجاد انگیزه تحصیلی در این گروه سنی می‌تواند راهگشا باشد (صدری دمیرچی و همکاران، ۱۳۹۸). از این رو، حضور دانش‌آموزان در جلسات مشاوره گروهی می‌تواند موجب ایجاد انگیزش در آنها شود. در واقع انگیزش، عاملی است که به دلیل ارتباط تأثیرگذار آن با یادگیری، رفتارها، مهارت‌ها، و راهبردها، مورد توجه مشاوران و روانشناسان قرار گرفته است. آنها انگیزش را عامل درونی می‌دانند که نه تنها موجب برانگیخته شدن رفتار شده، بلکه در برگیرنده دلایل و باورهای افراد برای انجام فعالیت‌های مورد نظرشان نیز می‌باشد (صدری دمیرچی و همکاران، ۱۳۹۸). مطالعه ستیونو و همکاران (۲۰۱۹) نشان داد که مشاوره گروهی با در نظر گرفتن نقاط قوت دانش‌آموزان و تشویق کردن آنها به تفکر مثبت، انگیزه یادگیری و اشتیاق به تحصیل در آنها را افزایش می‌دهد. از این رو سوال اساسی پژوهش حاضر این است که آیا مشاوره گروهی با روش REBT می‌تواند بر انگیزش و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دختر زاهدان تأثیرگذار باشد؟

۲-روش تحقیق

۲-۱ جامعه آماری و روش نمونه‌گیری

روش اجرای پژوهش در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۴ و با اخذ مجوزهای لازم از اداره آموزش و پرورش به صورت نیمه تجربی و با پیش‌آزمون -پس آزمون همراه با گروه آزمایش و گواه انجام شد. جامعه آماری شامل کلیه دانش‌آموزان دختر متوسطه اول زاهدان بود که از طریق روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای ۴۸ نفر انتخاب شدند (۲۴ نفر آزمایش و ۲۴ نفر گواه). در ابتدا سه مدرسه به صورت تصادفی، از بین پنج مدرسه دخترانه شهر زاهدان، انتخاب شد. سپس پرسشنامه‌های انگیزش و پیشرفت تحصیلی بر روی آنها اجرا شد. در نهایت برای تحلیل داده‌ها از آزمون پارامتریک t مستقل استفاده شد. افراد گروه آزمایش، مشاوره گروهی را طی ۹ جلسه ۸۰ دقیقه‌ای دریافت کردند و برای گروه گواه هیچ مداخله‌ای دریافت نشد.

۲-۲ ابزار

پرسشنامه انگیزش تحصیلی هارتر: پرسشنامه انگیزش تحصیلی توسط هارتر در سال ۱۹۸۱ ساخته شد. این پرسشنامه ۳۳ گویه دارد که براساس مقیاس لیکرت، هیچ وقت (۱)، به ندرت (۲)، گاهی اوقات (۳)، بیشتر اوقات (۴)، تقریباً همیشه (۵) نمره گذاری می‌شوند. هدف پرسشنامه بررسی انگیزش تحصیلی در بین دانش‌آموزان است. این ابزار، شکل اصلاح‌شده مقیاس هارتر (۱۹۸۰، ۱۹۸۱) به عنوان ابزاری برای سنجش انگیزش تحصیلی است. همانطور که گفته شد، مقیاس اصلی هارتر، انگیزش تحصیلی را با سوالات دوقطبی می‌سنجد که یک قطب آن انگیزش درونی (سوالات ۲۴، ۲۰، ۱۹، ۱۸، ۱۴، ۱۳، ۱۲، ۸، ۷، ۶، ۳، ۲۵، ۲۶، ۲۹، ۳۰، ۳۳) و قطب دیگر آن انگیزش بیرونی (بقیه سوالات) است و پاسخ آزمودنی به هر سوال فقط می‌تواند شامل یکی از دلایل بیرونی یا درونی باشد. در صورتی که نمرات پرسشنامه بین ۳۳ تا ۶۶ باشد، میزان انگیزش تحصیلی در این جامعه ضعیف می‌باشد. در صورتی که نمرات پرسشنامه بین ۶۶ تا ۹۹ باشد، میزان انگیزش تحصیلی در سطح متوسطی می‌باشد. در صورتی که نمرات بالای ۹۹ باشد، میزان انگیزش تحصیلی بسیار خوب می‌باشد. ضریب اعتبار پرسشنامه نیز با استفاده از فرمول ۲۰ ریچاردسون بین ۰/۵۴ تا ۰/۸۴ و ضریب بازآزمایی در نمونه‌ای ۹ ماهه از ۰/۴۸ تا ۰/۶۳ گزارش شده است. ظهیری و رجبی (۱۳۸۸) پایایی پرسشنامه را با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۹۲ اعلام کرده‌اند.

پرسشنامه پیشرفت تحصیلی هرمنس: این پرسشنامه در سال ۱۹۷۰ توسط هرمنس ساخته شده است. پرسشنامه دارای ۲۹ سوال بوده که به صورت جملات ناقص بیان شدند. پس از هر جمله چندین گزینه قرار گرفت. به منظور یکسان سازی ارزش سوالات، برای هر یک از ۲۹ سوال پرسشنامه ۴ گزینه نوشته شد. به این گزینه‌ها بسته به اینکه شدت انگیزه پیشرفت از زیاد به کم یا کم به زیاد باشد، امتیاز داده می‌شود. هرمنس برای محاسبه روایی، ضریب همبستگی هر سوال را با رفتارهای پیشرفت‌گرا محاسبه کرده است. ضرایب به ترتیب سوالات پرسشنامه در دامنه‌ای از ۰/۳۰ تا ۰/۵۷ می‌باشد. علاوه بر این در یک مطالعه هرمنس بوجود ضریب همبستگی بین پرسشنامه انگیزه پیشرفت هرمنس و آزمون اندریافت موضوع (TAT) اشاره دارد. برای محاسبه پایایی آزمون پیشرفت تحصیلی از روش آزمون آلفای کرونباخ استفاده شد. ضریب پایایی محاسبه شده برای پرسشنامه به میزان ۰/۸۴ بدست آمد. نمره گذاری پرسشنامه با توجه به سوالات ۹ گانه که سوالات براساس آنها تهیه شده است، انجام می‌گیرد. بعضی از سوالات بصورت مثبت و بعضی دیگر به صورت منفی ارائه شده است.

روش اجرای جلسات مشاوره گروهی:

جلسه اول: معارفه، توضیح اهداف گروه و ارتباط با اعضا.

جلسه دوم: شناسایی مشکلات و نگرش‌های اعضا، آشنایی بیشتر با روش مشاوره گروهی REBT با صحبت کردن اعضای گروه

جلسه سوم: ذکر نمونه‌ای از حوادث زندگی و خاطرات کودکی و بحث در زمینه تاثیر باورها در ایجاد واکنش‌های صورت گرفته

جلسه چهارم: آشنایی بیشتر با رویکرد مشاوره گروهی برای کمک به افراد و کشف افکار غیر منطقی، بررسی الویت‌های شخصی افراد براساس تفسیرهای منطقی و غیرمنطقی

جلسه پنجم: آشنایی و استفاده از مدل ABCD و آموزش اصول آن به اعضا، بررسی و تحلیل احساسات، افکار و نگرش‌های غیر منطقی

جلسه ششم: ترغیب افراد برای شناخت پدیده‌ها و نبایدها، افکار غیر منطقی و ارزیابی اهداف زندگی و علاقه‌مندی به آن.

جلسه هفتم و هشتم: شناسایی روش‌های مقابله با افکار غیرمنطقی و جایگزین کردن آنها با افکار منطقی و انجام تمرین‌های عملی. جمع‌بندی مطالب و نتیجه‌گیری.

۳- یافته‌های پژوهش

در این قسمت برای آزمون فرضیه‌ها، از تجزیه و تحلیل تفاوت نمرات حاصل از کسر نمرات پیش آزمون هر آزمودنی از نمرات پس آزمون وی و سپس محاسبه میانگین نمرات هر دو گروه و در نهایت مقایسه میانگین‌ها توسط آزمون t مستقل استفاده شده و داده‌ها در نرم‌افزار spss مورد تحلیل قرار گرفتند.

جدول شماره ۱: میانگین و انحراف استاندارد انگیزش و پیشرفت تحصیلی در مرحله پیش آزمون و پس آزمون بر اساس دو گروه آزمایش و کنترل

متغیرها	گروه‌ها	N	میانگین	انحراف استاندارد
پیش آزمون	گروه آزمایش	۲۴	۶۸/۱	۱۷/۴
	گروه کنترل	۲۴	۷۰	۲۶/۶
پیشرفت تحصیلی	گروه آزمایش	۲۴	۳۱/۲	۱۱/۴
	گروه کنترل	۲۴	۲۹/۹	۱۳/۲
پس آزمون	گروه آزمایش	۲۴	۱۲۷/۸	۲۱/۹
	گروه کنترل	۲۴	۱۰۷/۳	۳۵/۱
	گروه آزمایش	۲۴	۳۱/۲	۹/۸
	گروه کنترل	۲۴	۵۳/۷	۱۴/۹

نتایج جدول در مرحله پیش آزمون نشان می‌دهد که نمره انگیزش تحصیلی در گروه آزمایش میانگین ۶۸/۱ با انحراف استاندارد ۱۷/۴ و در گروه کنترل میانگین ۷۰ با انحراف ۲۶/۶ است و نمره پیشرفت تحصیلی در گروه آزمایش میانگین ۳۱/۲ با انحراف استاندارد ۱۱/۴ و در گروه کنترل با میانگین ۲۹/۹ و انحراف استاندارد ۱۳/۲ می‌باشد. و در مرحله پس آزمون نمره انگیزش تحصیلی در گروه آزمایش میانگین ۱۲۷/۸ با انحراف استاندارد ۲۱/۹ و در گروه کنترل میانگین ۱۰۷/۳ با انحراف ۳۵/۱

است و نمره پیشرفت تحصیلی در گروه آزمایش $31/2$ با انحراف استاندارد $9/8$ و گروه کنترل میانگین $53/7$ با انحراف استاندارد $14/9$ می باشد.

جدول شماره ۲: نتایج آزمون t انگیزش در مرحله پس آزمون بر اساس دو گروه آزمایش و کنترل

	N	میانگین	انحراف استاندارد	t	Df	P	
انگیزش	۲۴	-۲۱/۷	۳/۱۸	-۵/۱	۳۲	۰/۰۰	گروه آزمایش
	۲۴	-۱۹/۶	۴/۰۱	-۵/۱	۳۲	۰/۰۰	گروه گواه

نتایج جدول شماره ۲ نشان داد مقدار t محاسبه شده ($-5/1$) و درجه آزادی (32) از مقدار t جدول ($2/751$) بیشتر بوده است. پس می توان گفت بین گروه ها تفاوت معنادار وجود داشته و جلسات مشاوره گروهی بر بهبود انگیزش تحصیلی دانش آموزان موثر بوده است.

جدول شماره ۳: نتیجه آزمون t پیشرفت تحصیلی در مرحله پس آزمون بر اساس دو گروه آزمایش و کنترل

	N	میانگین	انحراف استاندارد	t	Df	P	
خودکارآمدی تحصیلی	۲۴	-۷/۱	۶/۳۵	-۳/۴	۳۲	۰/۰۰	گروه آزمایش
	۲۴	-۸/۶	۴/۹۸	-۳/۴	۳۲	۰/۰۰	گروه گواه

نتایج جدول نشان می دهد مقدار t محاسبه شده ($-3/4$) و درجه آزادی (32) از مقدار t جدول ($2/751$) بیشتر بوده است. پس می توان گفت بین گروه ها تفاوت معنادار وجود داشته و جلسات مشاوره گروهی بر پیشرفت تحصیلی دانش آموزان موثر بوده است.

۴- بحث و نتیجه گیری

مشاوره گروهی روشی است که در آن، افراد از طریق تبادل تجربه، یادگیری از یکدیگر و دریافت بازخورد، به شناخت و اصلاح الگوهای ناکارآمد رفتاری و شناختی خود می‌پردازند. روش درمان عقلانی-هیجانی-رفتاری به عنوان یکی از رویکردهای مشاوره گروهی به افراد می‌آموزد باورهای ناکارآمد خود را شناسایی کرده و آنها را با باورهای منطقی‌تر جایگزین کنند. این پژوهش به بررسی تاثیر مشاوره گروهی با روش REBT در بهبود انگیزش و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دختر متوسطه اول شهر زاهدان پرداخته است. نتایج بررسی تاثیر مشاوره گروهی بر بهبود انگیزش دانش‌آموزان دختر متوسطه اول نشان داد که مشاوره گروهی می‌تواند به شکل معناداری بر بهبود انگیزش دانش‌آموزان موثر باشد. پس از مداخله، دانش‌آموزان نگرش‌های مثبت‌تری نسبت به توانایی‌های خود به دست آوردند این تغییر نگرشی موجب شد تا میزان انگیزش درونی آنها، یعنی لذت بردن از یادگیری و پیشرفت تحصیلی افزایش یابد و انگیزش بیرونی آنها مانند تلاش برای کسب نمره یا رضایت والدین، جهت دارتر و با اضطراب کمتری همراه شود. در واقع دانش‌آموزان با کاهش باورهای ناکارآمد مثل (من همیشه باید کامل باشم) و یا (اگر شکست بخورم بی ارزشم) اعتماد به نفس بیشتری برای ادامه مسیر تحصیلی پیدا می‌کنند. این نتایج با پژوهش‌های کاظمی (۱۴۰۰)، درآیدن و نینان (۲۰۰۴)، همسو می‌باشد. همچنین یافته‌های پژوهش حاضر در رابطه با تاثیر مشاوره گروهی بر پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دختر متوسطه اول زاهدان نشان داد که مشاور گروهی به شکل معناداری بر بهبود پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان موثر می‌باشد. شرکت کنندگان پس از حضور در جلسات مشاوره، نگرش‌های منطقی‌تری نسبت به خود، تحصیل و موقعیت‌های استرس‌زا پیدا کردند و در نتیجه با افزایش خودکارآمدی و کاهش افکار ناکارآمد، عملکرد تحصیلی آنها ارتقا یافت. این نتایج با مطالعات الیس (۱۹۹۴)، رحیمی (۱۳۹۵)، شریفی (۱۳۹۸)، کریمی (۱۳۹۴)، برنارد (۲۰۰۶) همسو می‌باشد. بنابراین جلسات مشاوره گروهی REBT به دانش‌آموزان کمک کرد تا نگرش‌های ناکارآمد نسبت به موفقیت و شکست را اصلاح نمایند و از فشار افکار بایده و کمال‌گرایانه‌هایی یابند. این روش به دانش‌آموزان کمک کرد تا بتوانند هیجان‌های منفی مانند اضطراب و ناامیدی را مدیریت کنند و در نهایت انگیزش درونی بیشتری برای یادگیری و پیشرفت تحصیلی به دست آورند. از این رو، با توجه به نتایج توصیه می‌شود مشاوران مدارس و مراکز آموزشی از روش REBT به عنوان یکی از رویکردهای کارآمد در جهت بهبود نگرش‌ها و انگیزه تحصیلی دانش‌آموزان بهره گیرند. همچنین انجام پژوهش‌های آینده با حجم نمونه بیشتر در مقاطع تحصیلی مختلف می‌تواند به تعمیم نتایج کمک نماید.

منابع

۱. آسترکی، محمد امین؛ ایزدی، مهشید؛ مردانی راد، مژگان؛ زارع بهرام آبادی، مهدی. (۱۴۰۱). اثربخشی مشاوره تحصیلی مبتنی بر رویکرد شناختی-رفتاری بر تاب آوری، انگیزش و هیجان‌های تحصیلی دانش‌آموزان با افت تحصیلی. نشریه سبک زندگی اسلامی با محوریت اسلام، دوره ۶، شماره ۴، صص ۲۲۸-۲۳۶
۲. خدارحمی، سمیه؛ غلامی، کلثوم. (۱۳۹۸). بررسی تاثیر آموزش مشاوره تحصیلی گروهی بر افزایش مهارت‌های تحصیلی و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه شهر ایلام. مجله دستاوردهای نوین در مطالعات علوم انسانی، شماره ۱۲، سال دوم
۳. دردخوار، سیما؛ داربام، فاطمه؛ تقوی، زهرا؛ تقوی، فاطمه. (۱۴۰۳). بررسی مشاوره گروهی بر پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان. کنفرانس ملی حقوق، علوم اجتماعی و انسانی، روانشناسی و مشاوره
۴. زارع، مرتضی؛ غلامی، سعادت آبادی، سعید. (۱۴۰۳). مشاوره گروهی مبتنی بر رویکرد شناختی-رفتاری (CBT) برای کاهش اضطراب امتحان. کنفرانس ملی پژوهش‌های نوین
۵. صدری‌دمیرچی، اسماعیل؛ محمدیاری، انسیه؛ جعفری، میرسعید؛ حسینیان، سیمین. (۱۳۹۸). تاثیر مشاوره گروهی راه‌حل محور بر انگیزش تحصیلی دانش‌آموزان. فصلنامه سلامت روان کودک، دوره ششم، شماره ۴۵

۶. شفیع آبادی، عبدالله؛ ناصری، غلامرضا. (۱۳۸۳). نظریه‌های مشاوره و روان درمانی. تهران: نشر دانشگاهی، چاپ دهم
۷. کرمی نیا، رضا. (۱۳۸۴). تاثیر مشاوره گروهی با شیوه منطقی- عاطفی بر منبع کنترل بیرونی و افت تحصیلی دانشجویان دانشگاه زنجان، دانشگاه تربیت مدرس : دومین سمینار سراسری بهداشت روان دانشجویان.
۸. نیک منش، زهرا. (۱۳۷۹). نقش مشاوره گروهی با روش عقلانی- عاطفی- رفتاری در تقویت اعتماد به نفس دانشجویان دانشگاه الزهراء، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه الزهراء.

The effect of REBT counseling on improving motivation and academic achievement of female high school students in Zahedan

Afsane Kiani

Master of Family Counseling Department of Psychology and Educational Sciences, Department, Islamic Azad University, Kerman, Iran

Abstract

Group counseling is an important psychological approach that aims to change the cognition, emotion, and behavior of individuals in an organized group. Using the rational-emotional-behavioral therapy method in the form of group counseling plays an important role in identifying irrational beliefs and replacing them with rational beliefs. The aim of this study is to investigate the effect of group counseling using the REBT method on improving students' motivation and academic achievement. The statistical population includes all female students of the first high school in Zahedan, 48 of whom were selected using a multi-stage cluster sampling method. The research was a pre-test-post-test type with an experimental and control group, with 24 participants in the experimental group and 24 in the control group. This study was semi-experimental and used the Harter (1981) Academic Motivation Questionnaire and the Academic Achievement Questionnaire (1971). Group counseling was conducted for the students in 9 sessions of 80 minutes each. The results of the independent t-test supported that there was a significant difference between the mean scores of the experimental group and the control group. This means that group counseling was effective in improving the motivation and academic achievement of female students. Group counseling using the REBT method, by changing the attitude of female students towards learning and correcting their ineffective beliefs, caused them to gain a more positive view of learning and strengthen their intrinsic motivation towards learning by reducing fear and anxiety.

Keywords: Group counseling, academic motivation, academic achievement, girls
