اثربخشی آموزش مفاهیم واقعیت درمانی بر تعارضات والد-فرزندی و خودکارآمدی در نوجوانان پسر

سجاد سهراب نژاد[۱]، سید جلال یونسی*[۱]، اصغر دادخواه[۱]، اکبر بیگلریان[۲]

۱) گروه مشاوره خانواده، دانشکده روان شناسی بالینی، دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی تهران، تهران، ایران
۲) گروه آمار زیستی، دانشکده آمار زیستی، دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی تهران، تهران، ایران

تاریخ دریافت: ۹۳/۱۰/۱۵ **تاریخ پذیرش: ۹۳/۱۱/۱۱**

چکیده

مقدمه: پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی آموزش مفاهیم واقعیت درمانی بر تعارضات والد-فرزندی و خودکارآمدی نوجوانان پسر شهر ایلام صورت گرفته است.

مواد و روش ها: این پژوهش به روش آزمایشی و به صورت پیش و پس آزمون با گروه گواه و گمارش تصادفی انجام گرفت. جامعه آماری این مطالعه شامل نوجوانان پسر شهر ایلام و نمونه آماری نیز دانش آموزان دبیرستانی سال اول شهید شهریاری و مطهری شهر ایلام در سال۱۳۹۳ بودند، که از بین آن ها تعداد ۳۰ نفر به روش نمونه گیری تصادفی در دو گروه مداخله و کنترل گمارش شدند. برای سنجش متغیر وابسته نیز از پرسش نامه تعارض والد-فرزندی و خودکارآمدی استفاده شد.

یافته های پژوهش: نتایج تحلیل کوواریانس چند متغیره نشان داد که در پس آزمون، نمرات تعارض والد-فرزندی در آزمودنی های گروه آزمایش نسبت به آزمودنی های گروه گواه، کاهش معناداری داشته است. هم چنین نتایج تحلیل کوواریانس نشان داد که در پس آزمون، نمرات خودکارآمدی آزمودنی های گروه آزمایش نسبت به آزمودنی های گروه گواه، افزایش معناداری داشته است.

بحث و نتیجه گیری: با توجه به نتایج به دست آمده می توان گفت که برنامه آموزش مفاهیم واقعیت درمانی موجب کاهش تعارضات والد-فرزندی و افزایش خودکارآمدی نوجوان پسر شده است و بنا بر این پیشنهاد می شود که به این برنامه در جهت کاهش تعارضات والد-فرزندی و افزایش خودکارآمدی در سطوح آموزشی، روانی و تربیتی در کنار دیگر برنامه ها مورد استفاده قرار گیرد.

واژه های کلیدی: آموزش مفاهیم واقعیت درمانی، تعارضات والد-فرزندی، خودکارآمدی

* نویسنده مسئول: گروه مشاوره خانواده، دانشکده روان شناسی بالینی، دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی تهران، تهران، ایران

Email: Jyounesi@uswr.ac.ir

[Downloaded from sjimu.medilam.ac.ir on 2026-11-07]

مقدمه

دوره نوجوانی، دوره ای برای فهم هویت و این که «من کیستم؟» و تلاش برای دستیابی به هویتی منسجم و مشخص به اوج خود می رسد که در این دوره همراه با تغییراتی در حیطه های شناختی، هیجانی، عاطفی و فیزیکی همراه است(۱)، در این دوره فرد، استقلال طلبی، احساس های متعارض و متضاد نسبت به گذشته و آینده را همراه با بیداری سائق های جنسی و رشد سریع بدن تجربه می کند، در چنین شرایطی نوجوانان شدیداً احساس بی ثباتی و گم گشتگی می کنند که برای آن ها بسیار تنش زا و اضطراب آور است و در سوی دیگر نیز عدم سازگاری با اطرافیان به خصوص والدین در رشد شخصیت آن ها موثر است(۲،۳) در مقابل این طیف وسیع از تغییرات و دگرگونی ها، کسب راهکارهای مناسب سازگاری برای نوجوانان بسیار حائز اهمیت است که کمبود در این زمینه پیامدهای زیان باری از جمله نابهنجاری ها، احساس ناامنی، مشکلات شخصیتی، عاطفی، اختلالات رفتاری و بزه کاری را به دنبال دارد(۴)، یکی از عوامل خانوادگی که روان شناسان در شکل گیری مشکلات رفتاری نوجوانان به آن اهمیت می دهند، تعارض والدین با نوجوانان می باشد(۵)، تعارض بخش طبیعی از هر رابطه می باشد اما گاهی اوقات به علت تغییرات رشدی شدت بیشتری پیدا می کند و به صورت کشمکش و تنش بین افراد(والد-فرزند) منجر می شود که در نتیجه دل مشغولی آن ها می شود. گاهی اوقات تعارض به دلیل خواسته های متقابل چه به صورت صحیح یا اشتباه صورت می گیرد که می تواند به صورت دخالت در دستیابی به اهداف فرد مقابل(فرزند) باشد(۶).

تایلور، پیلاو و سیرز(۷)، بر این باورند که تعارض در روابط انسانی امری رایج و غیر قابل اجتناب است و به گونه آن را رایج ترین پدیده موجود در روابط انسان ها نام برده اند، به طور کلی زمینه های متنوعی برای بروز تعارض والد-فرزندی وجود دارد که می توان: ارتباط با دوستان، ارتباط با جنس مخالف، سبک و الگوی لباس پوشیدن، آرایش موها، رانندگی کردن، مصرف الکل، پایبندی به عقاید مذهبی، بیش از همه به تعارض با والدین منجر می شود، لذا اگر شدت این تعارضات زیاد باشد منجر به آسیب های روانی، هیجانی و رفتاری می شود، یافته های حاصل از تحقیقات اخیر نشان می دهد که کیفیت رابطه والدین و فرزندان ارتباط نزدیکی با رفتارهای نوجوانان و سازگاری روانی آن ها دارد(۸)، و در سوی دیگر هر چه میزان تعارض بین والدین و نوجوان بیشتر باشد میزان هیجانات منفی و مشکلات رفتاری در نوجوانان بیشتر می شود(۹).

هولمز و راهه معتقدند نظام باورهای فردی در سازگاری موثر است که تاثیر دو جانبه ای دارد: یکی بر کیفیت زندگی و بهبود رفتار افراد و دیگری بر مسائل و مشکلاتی که افراد تجربه می کنند(۱۰)، در میان باورهای افراد در مورد خود، خودکارآمدی از همه مهم تر و برجسته تر است و یکی از مهم ترین مولفه های کسب موفقیت و سازش یافتگی است که در حیطه روان شناسی مثبت جای می گیرد(۱۱).

با توجه به مطالعات صورت گرفته در مورد کاهش تعارضات والد-فرزندی و افزایش خودکارآمدی بر مولفه هایی نظیر سلامت روان نوجوانان، پیشرفت تحصیلی و در سوی دیگر چگونگی انتخاب رویکردی که نسبت به شرایط بحرانی که نوجوان در آن قرار دارد می توان تاثیر قابل ملاحظه ای داشته باشد(۴،۱۲،۱۳)، لذا گلاسر می گوید: رفتار انسان نتیجه بهترین تلاش او در هر لحظه برای ارضای یک یا چند نیاز اساسی اش است(۱۴)، هم چنین وی مسئولیت پذیری را به عنوان توانایی برآوردن نیازهای فرد، و انجام آن به روشی که دیگران از توانایی برآوردن نیازهای خود محروم نگردند، تعریف کرده است(۱۵). هر فردی برای کنترل کارآمد زندگی خود، لازم است نیازهایی را که مهم و اساسی می داند، برآورده سازد و دیگران را از برآورده ساختن نیازهایشان باز ندارد، مسئولانه عمل کردن وی باعث می شود نیازهای وی در ارتباط با دیگران و محیط اجتماعی اش تامین گردد آموزه اصلی نظریه انتخاب این است که ما انسان ها بیش از آن چه تصور می کنیم بر زندگی خود تسلط داریم، اما متاسفانه بخش زیادی از این کنترل ها غیر موثر و ناکارآمد و یاد

[Downloaded from sjimu.medilam.ac.ir on 2026-11-07]

نگرفته ایم که انتخاب های موثر و کارآمد بکنیم(۱۶)، انسان ها می توانند با انتخاب کردن راه های موثر و مناسب تر برای نیل به تفریح، قدرت، آزادی، عشق و تعلق، موقعیت بهتری برای خود خلق کنند(۱۷)، در واقع اگر چه نیازهای زیربنایی انسان ها مثل هم است اما رفتارهای ویژه ای که هر شخص انتخاب خواهد کرد تا به ارضای نیازهای اساسی اش نایل شود، منحصر به فرد است(۱۸). با توجه به تحقیقات مذکور که حاکی از مشکلات نوجوانان از نظر تعارض والد-فرزندی و خودکارآمدی است و این که واقعیت درمانی می تواند تاثیر به سزایی بر کاهش تعارض والد-فرزندی و افزایش خودکارآمدی در افراد داشته باشد، و با ذکر این که رویکردهای دیگر نظیر شناختی-رفتاری مبتنی بر ذهن آگاهی، حل مسئله و رویکردهای راه حل محور و روایت درمانی توانسته اند تاثیراتی بر این متغیرها(تعرضات والد-فرزندی و خودکارآمدی) داشته باشند و جای مداخله ای که متناسب با استقلال و تعارضات والد-فرزندی و خودکارآمدی نوجوان باشد، به نظر کم و یا شاید خالی باشد، حالا با توجه به آن چه گفته این فرضیات مطرح می گردد:

۱-آموزش مفاهیم واقعیت درمانی بر افزایش استدلال نوجوان پسر در تعارضات والد-فرزندی موثر است.

۲-آموزش مفاهیم واقعیت درمانی بر کاهش پرخاشگری کلامی نوجوان پسر در تعارضات والد-فرزندی موثر است.

۳-آموزش مفاهیم واقعیت درمانی بر کاهش پرخاشگری فیزیکی نوجوان پسر در تعارضات والد-فرزندی موثر است.

۴-آموزش مفاهیم واقعیت درمانی بر افزایش خودکارآمدی نوجوان پسر موثر است.

مواد و روش ها

پژوهش حاضر یک مطالعه آزمایشی از نوع پیش آزمون-پس آزمون با گروه کنترل است. در این طرح، آزمودنی ها و گماردن آن ها در گروه های کنترل و آزمایش به شیوه تصادفی بوده است. جامعه آماری این پژوهش نوجوانان پسر شهرستان ایلام با نمونه پژوهشی شامل ۳۰ نفر دانش آموزان سال اول که از یک جامعه N:۴۰۰ در سال ۹۴-۹۳ تحصیلی در دو دبیرستان شهید شهریاری و مطهری شهر ایلام بودند که به صورت تصادفی انتخاب و گمارده شدند و گروه آزمایش مورد مداخله قرار گرفت و گروه کنترل هیچ مداخله ای دریافت نکردند و بعد از موثر بودن مداخله، گروه کنترل نیز مورد مداخله قرار گرفت.

جدول شماره ۱. محتوای جلسات آموزشی

جلسات	محتوای جلسات
جلسه اول	سلام و احوال پرسی و آشنایی اعضاء گروه با همدیگر، بیان قوانین حاکم بر گروه و نحوه ارتباط با همدیگر
جلسه دوم	تمرکز بر شناخت و آگاهی اعضاء از خود و نحوه تاثیر این شناخت بر خود و دیگران و شناسایی نقاط قوت و منفی خود و تلاش برای کسب هویت موفق
جلسه سوم	آموزش مسئولیت پذیری و نحوه مسئول بودن در قبال همه اعمال و انتخاب های صورت گرفته و ارتباط موثر با دیگران
جلسه چهارم	آموزش مهارت تصمیم گیری، تمرکز بر زمان حال و بررسی تغییر در افکار، احساس، اعمال، فیزیولوژیک در زمان حال
جلسه پنجم	آموزش و توجه به نیازهای اساسی به عنوان برانگیزاننده رفتار و کمک برای برنامه ریزی در مورد تصمیمات صورت گرفته
جلسه ششم	آموزش ارزیابی رفتار، بررسی قضاوت ارزشی در مورد خود و دیگران و شناخت اهداف و ارزش ها در روابط
جلسه هفتم	آموزش نحوه مقابله با بازخوردهای مثبت و منفی در زندگی و در زمان تعارضات
جلسه هشتم	آموزش مهارت حل مسئله به شیوه نظریه انتخاب و توجه به روان شناسی کنترل درون در زندگی

-*مقیاس راهبردهای تعارض:* این مقیاس توسط موری ای، اشتراس ساخته شده است و دارای ۱۵ پرسش که سه راهبرد حل تعارض یعنی مهارت استدلال، پرخاشگری کلامی و پرخاشگری فیزیکی بین اعضای خانواده را می سنجد.

این پرسش نامه دارای ۱۵ سوال است که سه تاکیک حل تعارض یعنی: مهارت استدلال، پرخاشگری کلامی و پرخاشگری فیزیکی بین اعضای خانواده را می سنجد. این پرسش نامه بر اساس مقیاس لیکرت نمره گذاری می شود و دارای پنج درجه از خیلی کم تا خیلی زیاد هستند که میزان بروز رفتار در هر پرسش را

[Downloaded from sjimu.medilam.ac.ir on 2026-11-07]

نشان می دهد. پنج سوال اول پرسش نامه که استدلال را می سنجد به طور معکوس نمره گذاری می شوند. نمره بالا در این مقیاس نشان دهنده تعارض و استفاده کمتر از راهبردهای استدلال می باشد سوالات مقیاس های پرخاشگری کلامی و فیزیکی به صورت مستقیم نمره گذاری می شود. نمره بالا در این مقیاس نشان دهند تعارض و استفاده بیشتر از راهبردهای پرخاشگری کلامی و فیزیکی می باشد. دامنه نمرات هر یک از خرده مقیاس ها بین ۵ تا ۲۵ می باشد. نمره ۵ نشان دهنده عدم تعارض در رابطه و نمره ۲۵ نشان دهنده بیشترین تعارض می باشد. دامنه نمرات برای کل آزمون بین ۱۵ تا ۷۵ می باشد. که نمره ۱۵ نشان دهنده عدم تعارض و نمره ۷۵ نشان دهنده وخیم بودن رابطه است، پایای و روایی مقیاس تعارض والد-فرزندی: مطالعات متعددی همسانی درونی خرده مقیاس های استدلال، پرخاشگری کلامی و پرخاشگری فیزیکی را تایید می کند. دامنه ضریب آلفای کرونباخ مقیاس استدلال بین ۴۲ درصد تا ۷۶ درصد، برای مقیاس پرخاشگری کلامی بین ۶۲ درصد تا ۸۸ درصد، برای زیر مقیاس پرخاشگری فیزیکی بین ۴۲ درصد تا ۹۶ درصد به دست آمده است(۱۹).

- پرسش نامه خودکارآمدی عمومی شرر ۱۹۸۲:

نسخه اصلی آزمون شامل ۳۶ ماده است که بر اساس تحلیل های انجام شده فقط ماده هایی که بار عاملی ۴۰ درصد را در هر یک از عوامل اجتماعی و عمومی داشت . حذف نشد و بر این اساس ۱۳ ماده که دارای این ویژگی نبود، حذف و آزمون به ۲۳ ماده کاهش یافت. از این ۲۳ ماده، ۱۷ ماده خودکارآمد عمومی را می سنجد. به هر ماده مقیاس خودکارآمدی عمومی از ۱ تا ۵ نمره تعلق می گیرد. به طور کلی، این پرسش نامه شامل ۱۷ ماده است که ماده های شماره ۳، ۸، ۹، ۱۳، ۱۵ از راست به چپ و بقیه از چپ به راست امتیازشان افزایش می یابد. به این ترتیب، بالاترین نمره خودکارآمدی در این مقیاس، ۸۵ و پایین ترین نمره ۱۷ است(۲۰)، ضریب آعتبار آزمون از طریق روش اسپیرمن-براون با طول برابر ۷۶ درصد و با طول نابرابر ۷۹ درصد به دست آمد که رضایت بخش بود، است(۲۱).

یافته های پژوهش

جدول شماره ۱. شاخص های توصیفی مربوط به داده های حاصل از اجرای پیش آزمون و پس آزمون خودکارآمدی

گروه	متغیر	تعداد	پیش‌آزمون		پس‌آزمون	
			میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
آزمایش	خودکارآمدی	15	33.0000	4.29285	38.6667	4.62395
گواه	خودکارآمدی	15	33.9333	6.36359	33.6000	5.71714

جدول شماره ۱ شاخص های توصیفی داده های حاصل از اجرای پرسش نامه خودکارآمدی را در مرحله پیش آزمون و پس آزمون به تفکیک گروه نشان می دهد، همان طور که مشاهده می شود میانگین نمرات خودکارآمدی اعضای گروه آزمایش، در مرحله پس آزمون نسبت به پیش آزمون، افزایش چشم گیری داشته است. این تغییر در گروه گواه مشاهده نمی شود.

جدول شماره ۲. شاخص های توصیفی داده های حاصل از اجرای پیش آزمون و پس آزمون تعارض والد-فرزندی

گروه	متغیرها	تعداد	پیش‌آزمون		پس‌آزمون	
			میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
آزمایش	استدلال	15	13.4000	1.63881	6.8667	1.35576
	پرخاشگری کلامی	15	12.7333	1.16292	8.8667	1.68466
	پرخاشگری فیزیکی	15	13.0000	1.25357	7.4667	1.24595
	نمره کلی تعارض	15	39.1333	2.44560	23.2000	2.78260
گواه	استدلال	15	13.2667	1.38701	13.2000	1.65616
	پرخاشگری کلامی	15	12.3333	.89974	12.4000	1.24212
	پرخاشگری فیزیکی	15	13.1333	1.40746	12.2000	1.61245
	نمره کلی تعارض	15	38.7333	1.98086	37.8000	2.45531

[Downloaded from sjimu.medilam.ac.ir on 2026-11-07]

همان طور که مشاهده می شود میانگین نمرات اعضای گروه آزمایش، در مرحله پس آزمون نسبت به پیش آزمون، در مولفه های پرسش نامه تعارض والد-فرزندی کاهش چشم‌گیری داشته است. این تغییر در گروه گواه مشاهده نمی شود.

جدول شماره ۳. نتایج کلی تحلیل کوواریانس چند متغیره

نوع آزمون	مقدار	df فرضی	df خطا	F	P
اثر پیلایی	.934	3.000	23.000	109.021a	.000
لامبدای ویلکز	.066	3.000	23.000	109.021a	.000
اثر هاتلینگ	14.220	3.000	23.000	109.021a	.000
بزرگترین ریشه روی	14.220	3.000	23.000	109.021a	.000

معنادار شدن شاخص های آزمون چند متغیره یعنی لامبدای ویلکز، اثر هاتلینگ، بزرگ ترین ریشه اختصاصی روی و اثر پیلایی(F=109.201, P<0.0005) موید این موضوع است که تفاوت معناداری حداقل در یکی از مولفه های پرسش نامه تعارض والد-فرزندی ایجاد شده است. از این رو هر یک از این مولفه ها مورد بررسی قرار گرفت. نتایج این بررسی در جدول شماره ۴ ارائه شده است.

جدول شماره ٤. مقایسه پس آزمون تعارض والد-فرزندی در دو گروه با کنترل اثر پیش‌آزمون

منابع تغییرات	متغیرها	df	F	P	ضریب اثر	توان آماری
پیش آزمون	استدلال	1	19.806	.000	.442	.990
	پرخاشگری کلامی	1	8.402	.008	.252	.796
	پرخاشگری فیزیکی	1	9.696	.005	.279	.849
گروه	استدلال	1	214.181	.000	.895	1.000
	پرخاشگری کلامی	1	59.857	.000	.705	1.000
	پرخاشگری فیزیکی	1	100.466	.000	.801	1.000
	نمره کلی تعارض	1	323.964	.000	.928	1.000
خطا		25				
کل		30				

همان طور که در جدول فوق مشاهده می شود نتایج به دست آمده از مقایسه پس آزمون مولفه استدلال در دو گروه با کنترل کردن اثر پیش آزمون حاکی از این است که پس از شرکت در جلسات آموزش مفاهیم واقعیت درمانی، نمرات مولفه استدلال نوجوانانی که در گروه آزمایش شرکت داشتند، نسبت به آن هایی که در گروه گواه جایگزین شده بودند، کاهش معناداری داشته است($F_{1.25}$=214.181, P<0.0005).

نتایج به دست آمده از مقایسه پس آزمون مولفه پرخاشگری کلامی در دو گروه با کنترل کردن اثر پیش‌آزمون حاکی از این است که پس از شرکت در جلسات آموزش مفاهیم واقعیت درمانی، نمرات مولفه پرخاشگری کلامی نوجوانانی که در گروه آزمایش شرکت داشتند، نسبت به آن هایی که در گروه گواه جایگزین شده بودند، کاهش معناداری داشته است($F_{1.25}$=59.857, P<0.0005).

نتایج به دست آمده از مقایسه پس آزمون مولفه پرخاشگری فیزیکی در دو گروه با کنترل کردن اثر پیش آزمون حاکی از این است که پس از شرکت در جلسات آموزش مفاهیم واقعیت درمانی، نمرات مولفه پرخاشگری فیزیکی نوجوانانی که در گروه آزمایش شرکت داشتند، نسبت به آن هایی که در گروه گواه جایگزین شده بودند، کاهش معناداری داشته است($F_{1.25}$=100.466, P<0.0005).

نتایج به دست آمده از مقایسه پس آزمون نمره کلی تعارض در دو گروه با کنترل کردن اثر پیش آزمون حاکی از این است که پس از شرکت در جلسات آموزش مفاهیم واقعیت درمانی، نمرات کلی تعارض نوجوانانی

[Downloaded from sjimu.medilam.ac.ir on 2026-11-07]

که در گروه آزمایش شرکت داشتند، نسبت به آن هایی که در گروه گواه جایگزین شده بودند، کاهش معناداری داشته است($F_{1.25}$=323.964, P<0.0005).

جدول شماره ۵. مقایسه پس‌آزمون خودکارآمدی در دو گروه با کنترل اثر پیش‌آزمون

منابع تغییرات	Df	F	P	ضریب اثر	توان آماری
پیش آزمون	1	21.718	.000	.446	.994
گروه	1	15.362	.001	.363	.965
خطا	27				
کل	30				

همان طور که در جدول فوق مشاهده می شود نتایج به دست آمده از مقایسه پس آزمون متغیر خودکارآمدی در دو گروه با کنترل کردن اثر پیش آزمون حاکی از این است که پس از شرکت در جلسات آموزش مفاهیم واقعیت درمانی، نمره خودکارآمدی نوجوانانی که در گروه آزمایش شرکت داشتند، نسبت به آن هایی که در گروه گواه جایگزین شده بودند، افزایش معناداری داشته است($F_{1.27}$=15.362, P<0.001).

بحث و نتیجه گیری

با توجه به نتایج می توان گفت که بین نمرات تعارض والد-فرزندی و خودکارآمدی دو گروه آزمایش و کنترل تفاوت معناداری وجود دارد و گروه آزمایش پس از انجام مداخله عملکرد بهتری نسبت به گروه کنترل از خود نشان می دهد و این خود نشان دهنده موثر بودن آموزش مفاهیم نظریه انتخاب بر کاهش تعارض والد-فرزندی و افزایش خودکارآمدی در نوجوانان پسر بوده است. لذا با توجه به این که تا این لحظه پژوهشی مبنی بر موثر بودن آموزش مفاهیم نظریه انتخاب بر تعارضات والد-فرزندی و خودکارآمدی نوجوانان پسر در ایران و خارج از کشور یافت نشد، پژوهشگر سعی داشته است که متغیرهای که مرتبط با این متغیرهای پژوهش هستند را به عنوان پژوهش های همسو بیان کند.

یافته کلی این پژوهش مبنی بر این که آموزش مفاهیم واقعیت درمانی موجب کاهش تعارضات والد-فرزندی و می شود همسو با یافته هایی است که پژوهشگران در این رابطه انجام دادند که مبنی بر موثر بودن رویکردهای نظیر شناختی رفتاری مبتنی بر ذهن آگاهی، راه حل محور، واقعیت درمانی، و خانواده درمانی، حل مسئله، بر کاهش تعارضات والد-فرزندی و افزایش خودکارآمدی است(۲۸-۲۲). به نظر می رسد که نظریه انتخاب در کنار این تئوری ها توانسته به گونه ای موثر عمل کند در تبیین کلی این یافته می توان چنین گفت که نظریه انتخاب با تاکید بر کنترل درونی و مسئولیت رفتارهای که انسان را متوجه عواقب پیامدها می کند و فرد را به سوی کنترل درونی و ارزیابی مستمر رفتاری که از سویی خودمراقبتی را بیشتر و بیشتر می کند و در عوض به خود پاداش این پیامد را می دهد، و فرد از حمایت های محیطی به سوی حمایت شخصی که سرانجام رشد شخصی هست هدایت می کند که فرد بتواند خود و رابطه اش را کنترل کند و همواره به آن چه که در تعارض اتفاق می افتد آگاه باشد و بتواند به نحو موثری تعارضاتی که نتیجه گاه بی مسئولیتی و گاه دوست نداشته شدن و مورد محبت قرار نگرفتن است را با فهمیدن این مفاهیم که فرد بر رفتارش کنترل دارد و خود سرنوشت خود را رقم می زند و با آگاهی انتخاب می کند و در نهایت مسئول است، می تواند تعارضات این رابطه که بین والد-فرزند اتفاق می افتد را کاهش دهد و فرد را به سوی خودکارآمدی و توانایی اعتماد به خود و توانایی ها سوق دهد.

در رابطه با فرض اول مبنی بر اثربخشی آموزش مفاهیم واقعیت درمانی بر افزایش مهارت استدلال نوجوانان پسر در ارتباط والدین نیز مورد تایید قرار گرفت. یکی از مهارت هایی که افراد برای حل تعارض در ارتباط به خصوص نوجوانان در ارتباط با والدین به کار می برند، مهارت استدلال است. مهارت استدلال به افراد کمک می کند تا به نحو احسنت در ایجاد یک

[Downloaded from sjimu.medilam.ac.ir on 2026-11-07]

ارتباط موثر یا در ترمیم یک رابطه مورد تهدید نقش موثری ایفا کند، گاهی اوقات فرزندان خانواده در این مهارت با کمبودهایی مواجهه هستند که باعث اختلال در ارتباط موثر با والدین و دیگر اعضای خانواده خود می شوند لذا یافته های این پژوهش موید موثر بودن آموزش مفاهیم واقعیت درمانی بر افزایش مهارت استدلال در نوجوانان است که این یافته همسو با پژوهش هایی است که به دست آمد(۲۲،۲۹،۳۰).

در پژوهشی که انجام شد به موثر بودن آموزش مهارت حل مسئله در افزایش مهارت استدلال پی برده شد و مهارت حل مسئله به فرد در نحوه استدلال و بیان و عمل به استدلال موثر بود(۲۹)، و در همین راستا نیز به موثر بودن روش نمایشگری در افزایش مهارت استدلال در کاهش تعارضات والد–فرزندی نیز تاکید داشته است و بینش بیشتر موجبات کاهش تعارضات والد–فرزندی را نیز فراهم آورده است(۳۰)، در پژوهش دیگر نیز استفاده موثر از رویکرد ارتباطی ستیر نیز به افزایش بینش و مهارت استدلال که منجر به کاهش تعارضات والد–فرزند هم جنس شده بود نیز تاکید داشته است روش ذهن آگاهی را موثر بر ایجاد و افزایش مهارت استدلال در تعارضات والد–فرزندی در نوجوانان می داند و در همین راستا پژوهشی دیگر نیز افزایش مهارت استدلال را در کاهش تعارضات والد–فرزندی نیز مهم می داند(۲۲).

یافته های پژوهشی که انجام شد نیز موید موثر بودن واقعیت درمانی بر افزایش استدلال در کاهش ترس از مدرسه می شود(۳۱)، و در پژوهشی دیگر نیز یافته های کوازیکوم و ادیکوک نیز موثر بودن این رویکرد بر کاهش ترس از مدرسه نشان می دهد(۳۲).

در رابطه با فرض دوم مبنی بر اثربخشی آموزش مفاهیم واقعیت درمانی بر کاهش پرخاشگری کلامی نوجوانان پسر در ارتباط والدین نیز مورد تایید قرار گرفت. با توجه به این که پرخاشگری کلامی یکی از اجزاء تشکیل دهنده مولفه های موثر خشم در سطح ماقبل فیزیکی و مولفه های شناختی و به نظر گلاسر یکی از رفتارهای مخرب و یا رفتارهای کشنده محسوب می شود، آموزش مفاهیم واقعیت درمانی توانسته است پرخاشگری کلامی را تا حد قابل توجهی کاهش دهد و آن چه باعث کاهش پرخاشگری کلامی و در سطح وسیع انواع پرخاشگری در نظام نظریه واقعیت درمانی می شود توجه به روان شناسی کنترل درونی است و فرد را در انتخاب های زندگی آزاد می پندارد و معتقد است که این فرد است با انتخاب منبع کنترل خود از بیرون، رفتارهایی که مخرب نظیر(انتقاد و ایرادگیری، تنبیه، تهدید، سرزنش، عیب جویی...) هست را انتخاب می کنند و با توجه به این که تا این لحظه پژوهشی مبنی بر موثر بودن آموزش مفاهیم واقعیت درمانی بر کاهش پرخاشگری کلامی دیده نشده، لذا این یافته همسو با پژوهش هایی است که رویکردهای دیگر بر تعارض والد–فرزندی که پرخاشگری کلامی یکی از مولفه های آن است، انجام شده و این یافته نیز همسو با پژوهش هایی است که پژوهشگران انجام دادند(۲۲،۲۳،۲۵،۳۳)، که در این راستا در پژوهشی اثربخشی رویکرد راه حل محور را در کاهش تعارضات والد–فرزندی که مولفه پرخاشگری کلامی نیز جزء آن است را مورد تایید قرار داده است(۲۳)، و در سوی دیگر برجعلی نیز در پژوهشی که به بررسی اثربخشی ذهن آگاهی به عنوان موج سوم شناختی بر کاهش تعارضات والد–فرزندی انجام داد(۲۲)، یافته ها موید موثر بودن این رویکرد بر پرخاشگری کلامی بود، و نیز واقعیت درمانی را در کاهش پرخاشگری کلامی دختران موثر دانسته است(۳۳).

در پژوهشی که نیز انجام داد، یافته ها موید موثر بودن همبسته بودن تعارضات والد–نوجوان با مشکلات بیرونی و همبستگی مثبت بین خشونت والد–نوجوان و رفتارهای مشکل آفرین بیرونی بود(۲۵).

در رابطه با فرض سوم مبنی بر اثربخشی آموزش مفاهیم واقعیت درمانی بر کاهش پرخاشگری فیزیکی نوجوانان پسر در ارتباط والدین نیز مورد تایید قرار گرفت. در ارتباط بین نوجوان و والدین، گاهی اوقات پرخاشگری شیوه فیزیکی به خود می گیرد که به خصوص در ارتباط والد–نوجوان پسر نسبت به دختران بیشتر است و در یک پژوهش نیز پرخاشگری در پسران به گونه ای ۴ برابر دختران اعلام شد(۲۸)، لذا دو برابر بودن پرخاشگری و به ویژوه پرخاشگری

[Downloaded from sjimu.medilam.ac.ir on 2026-11-07]

فیزیکی در پسران نسبت به دختران پی برده شد و معتقد بودند که پسران بیشتر از پرخاشگری فیزیکی و دختران بیشتر از پرخاشگری کلامی به عنوان راهبردهای دفاعی استفاده می کنند(۳۴)، در تبیین این یافته به نظر می رسد که واقعیت درمانی در جلسات با استفاده از مهارت حل مسئله که جزئی از آموزش تاکید بر تفکر و عمل در این دیدگاه است به نوجوانان در ارضاء مناسب نیازهای اصلی و مسئولیت پذیری نسبت به رفتارها و تشویق به کنترل درونی و رفتارهای سازنده و در کنار آن عدم مانع شدن در ارضاء نیازهای دیگر افراد در رابطه هایشان کمک کننده بوده است و یافته های این پژوهش همسو با یافته هایی است که با آموزش مهارت حل مسئله توانست پرخاشگری کلامی را به عنوان یکی از عوامل تعارضات والد-فرزندی کاهش دهد و هم چنین بیان کرد که پرخاشگری فیزیکی در بین پسران ۱۶-۱۵ ساله بیشتر از دختران این سن است(۲۹)، و در سویی دیگر یافته های این پژوهش همسو با یافته هایی است که با آموزش مهارت های هوش هیجانی در دختران راهنمایی توانست پرخاشگری فیزیکی و در کل تعارضات والد-فرزندی را کاهش دهد(۳۵)، و در یافته های پژوهشی دیگر نیز با آموزش مهارت های زندگی نیز توانست تعارض والد-فرزندی را به نحوه موثری کاهش دهد(۶)، و هم چنین در پژوهشی به اثر بخشی روان نمایشگری در کاهش تعارضات والد-فرزندی تاکیده کرده است و این یافته را مورد تایید قرار می دهد(۸).

با توجه به نتایج به دست آمده از یافته ها فرضیه چهارم مبنی بر موثر بودن آموزش مفاهیم نظریه انتخاب بر افزایش خودکارآمدی نوجوان پسر است که می تواند همسو با پژوهش های که باشند که به بررسی رابطه بین خودکارآمدی، عزت نفس و سازگاری و هم چنین اثربخشی فرزند پروری بر منبع کنترل، خودکارآمدی و سازگاری تحصیلی و افزایش خودکارآمدی توسط گروه درمانی شناختی رفتاری، حل مسئله و واقعیت درمانی می باشد(۴۱-۳۶)، در تبیین یافته این فرضیه می توان چنین گفت که با توجه به این که خودکارآمدی به عنوان یک منبع فردی محسوب می شود که به عقاید بهبود یافته ای در مورد توانایی های فری برای کنترل مجموعه ای از فعالیت های سخت و یا برای مقابله مطلوب با رویدادهای نامناسب اشاره دارد(۴۲)، و در سوی دیگر بندورا افزایش خودکارآمدی را منوط به ادراک ما از درجه کنترلی که بر زندگیمان داریم می داند، و حال با توجه به آن چه گفته شد به نظر می رسد که واقعیت درمانی با کمک خود فرد سعی در کنترل کردن رفتار و به نظر گلاسر رفتار کلی که فرد کنترل مستقیمی بر آن دارد او را به سوی مسئولیت پذیری اعمال و افکاری که انتخاب نموده و احساس و فیزیولوژیکی که به صورت غیر مستقیم نشات گرفته از افکار هست را نیز به تسلط کنترل درونی که نشانه سلامت روانی می باشد، سوق دهد و خودکارآمدی فرد را با کنترل درونی و انتخاب اعمال و رفتارها به شیوه آگاهانه و مسئولیت پذیری در مقابل این انتخاب، افزایش دهد. به طور خلاصه می توان از این پژوهش نتیجه گرفت که آموزش مفاهیم واقعیت درمانی بر کاهش تعارضات والد-فرزندی و هم چنین افزایش خودکارآمدی نوجوانان پسر موثر بوده است و به متولیان امر تعلیم و تربیت، مشاوران، روان شناسان پیشنهاد می گردد که در جهت ارتقاء سلامت روحی و روانی نوجوانان از نتایج این پژوهش استفاده نمایند.

پیشنهادها

۱-توصیه می شود بر گروه نوجوانان دختر نیز این پژوهش صورت گیرد و در صورت لزوم یک پژوهش تطبیقی در هر دو جنس صورت گیرد.

۲- توصیه می شود یک پیگیری طولی و تجربی از مداخلات صورت گرفته بر متغیرهای تعارضات والد-فرزندی و خودکارآمدی و تلاش برای تهیه یک برنامه موثر و جامع جهت پویای رشدی و روانی و پیشگیری از آسیب های فردی و بین فردی برای نوجوانان صورت گیرد.

[Downloaded from sjimu.medilam.ac.ir on 2026-11-07]

References

1.Stallman HM, Ralph A. Reducing risk factors for adolescent behavioral and emotional problems: A pilot randomised controlled trial of a self-administered parenting intervention. Adv Ment Health2007;6:125-37.

2.Sadeghian E, MoghadariKosha M, Gorji S. [Exploration of mental health of female students and hamedan in the academic year 2008]. J Hamadan Uni Med Sci 2010;17:39-45.(Persian)

3.Grour MW, Thomas SP, Shoffner D. Adolescent stress and coping: A longitudinal study. Res Nurs Health1992;15:209-17.

4. Ociskova M, Prasko J, Kamaradova D, Grambal A, Latalova K, Sigmundova Z. Relationship between internalized stigma and treatment efficacy in mixed neurotic spectrum and depressive disorders. Neuro Endocrinol Lett2014;35:711-7.

5.Mohammadi S, Ghamari M, Asgari J. The effectiveness of group counseling based on reality therapy in reducing conflicts between parent-gays. women Fam2013;4:184-200.

6.Tlkhayy A. [Effect of life skills training program on parent-child conflict adolescents]. Iran Tarbiat moalem2011;2:32-7.(Persian)

7. Schor EL. Family pediatrics: report of the Task Force on the Family. Pediatrics2003;111:1541-71.

8. Coleman DH, Straus MA. Marital power, conflict, and violence in a nationally representative sample of American couples. Violence Vict1986;1:141-57.

9. Johnson WL, Manning WD, Giordano PC, Longmore MA. Relationship Context and Intimate Partner Violence From Adolescence to Young Adulthood. J Adolesc Health 2015;57:631-6.

10. Brown SD, Lent RW. Vocational Psychology: Agency, Equity, and Well-Being. Annu Rev Psychol2015;2:122-8.

11.Bandura A, Barbaranelli C, Caprara GV, Pastorelli C. Self- efficacy beliefs as shapers of children's aspirations and career trajectories. Child Dev 2001;72:187-206.

12.Faure S, Loxton H. Anxiety, depression and self-efficacy levels of women undergoing first trimester abortion. South African J Psychol 2003;33:28-38.

13. Carroll A, Houghton S, Wood R, Unsworth K, Hattie J, Gordon L, Bower J. Self-efficacy and academic achievement in Australian high school students: the mediating effects of academic aspirations and delinquency. J Adolesc. 2009;32:797-817.

14. Smith M, Mateo KF, Morita H, Hutchinson C, Cohall AT. Effectiveness of a Multifaceted Community-Based Promotion Strategy on Use of GetHealthyHarlem.org, a Local Community Health Education Website. Health Promot Pract2015;16:480-91.

15.Petersen S. Reality therapy and individual or adlerian psychology a comparison. Int J Real Therap2005;2:24-9.

16. Jerger J, Chmiel R, Wilson N, Luchi R. Hearing impairment in older adults: new concepts. J Am Geriatr Soc1995;43:928-35.

17.Sweeney SM, Von Hagen LA. Middle School Students' Perceptions of Safety: A Mixed-Methods Study. J Sch Health 2015t;85:688-96.

18.Loyd BD. The effects of reality therapy/choice theory principles on high school students' perception of needs satisfaction and behavioral change. Int J Real Therapy2005.

19.Mehrizi MA, Tahmasian K, konesh AK. The Impact of Anger Management Training on Anger Self- Regulation Skills and Parent- Adolescent Conflicts in Female Adolescents of Junior High (Guidance) Schools in Tehran. J Fam Res 2010;6:393-404.

20. Dekock KA, Steenbeek R, Buijs PC, Lucassen PL, Knottnerus JA, Lagrojanssen AL. An education programme to increase general practitioners awareness of their patients employment: design of a cluster randomised controlled trial. BMC Fam Pract 2014 7;15:28.

21.Sherer M, Maddux JE, Mercandante B, Prenticedunn S, Jacobs B, Rogers RW. The self-efficacy scale: Construction and validation. Psychol Rep 1982;51:663-71.

22. Borjali A. Effectiveness of mindfulness-based cognitive therapy, parent-child conflicts in adolescents. Behavior Sci2013;1:52-9.

23. Udell W, Sandfort T, Reitz E, Bos H, Dekovic M. The relationship between early sexual debut and psychosocial outcomes: a

[Downloaded from sjimu.medilam.ac.ir on 2026-11-07]

longitudinal study of Dutch adolescents. Arch Sex Behav2010;39:1133-45.
24.Dickerson AD, Crase SJ. Parent-adolescent relationships the influence of multi-family therapy group on communication and closeness. Am J Famil Therap2005;33:45-59.
25. Fosco GM, Stormshak EA, Dishion TJ, Winter CE. Family relationships and parental monitoring during middle school as predictors of early adolescent problem behavior. J Clin Child Adolesc Psychol2012;41:202-13.
26. Pettit GS, Bates JE, Dodge KA, Meece DW. The impact of after-school peer contact on early adolescent externalizing problems is moderated by parental monitoring, perceived neighborhood safety, and prior adjustment. Child Dev. 1999;70:768-78.
27. Casey M, Mooney A, Eime R, Harvey J, Smyth J, Telford A, Payne W. Linking physical education with community sport and recreation: a program for adolescent girls. Health Promot Pract. 2013 Sep;14:721-31.
28.Masoumian S, shaeari M, Shams J, Momenzadeh C. Effect of mindfulness based stress reduction treatment efficacy in women with chronic low back pain. Res Nurs Health2012;37:158-63.
29.Leijten P, Overbeek G, Janssens JM. Effectiveness of a parent training program in (pre)adolescence: evidence from a randomized controlled trial. J Adolesc 2012;35:833-42.
30. Irvine AB, Biglan A, Smolkowski K, Metzler CW, Ary DV. The effectiveness of a parenting skills program for parents of middle school students in small communities. J Consult Clin Psychol 1999;67:811-25.
31.Gutierrez J, Magallon E, Ruscalafell M, Penaloza C. Virtual reality exposure therapy for school phobia. Anuario De Psicol2009;40:223-36.
32.Azekhueme KU, Adegoke AA. The efficacy of reality therapy in the reduction of Hiv/Aids–risk behaviour among adolescents in Nigeria. Nigerian J Guid Counsel 2010;15:23-9.
33. Hahn WK. Therapist anger in group psychotherapy. Int J Group Psychother1995;45:339-47;
34. Bozsik C, Kormendi A, Inantsypap J, Pataky N, Gadoros J, Halasz J. The relationship between reactive proactive aggression, callous unemotional traits and behavioural problems in Hungarian adolescents. Psychiatr Hung2013;28:48-56.
35.Lotfi B. Emotional intelligence skills to reduce the impact of parent-child conflict, teenage girls in Kerman. Iran Uni Welfare Rehabil Sci J2006;8:131-7.
36. Williford AP, Shelton TL. Using mental health consultation to decrease disruptive behaviors in preschoolers: adapting an empirically-supported intervention. J Child Psychol Psychiatry2008;49:191-200.
37. Chu JT, Bullen P, Farruggia SP, Dittman CK, Sanders MR. Parent and adolescent effects of a universal group program for the parenting of adolescents. Prev Sci2015;16:609-20.
38. Taris TW, Semin GR. How mothers parenting styles affect their children's sexual efficacy and experience. J Genet Psychol1998;159:68-81.
39. Levens SM, Gotlib IH.The effects of optimism and pessimism on updating emotional information in working memory. Cogn Emot 2012;26:341-50.
40. Mcgrath PJ, Sourander A, Lingley-Pottie P, Ristkari T, Cunningham C, Huttunen J, Filbert K, et al. Remote population-based intervention for disruptive behavior at age four: study protocol for a randomized trial of Internet-assisted parent training (Strongest Families Finland-Canada). BMC Public Health2013;13:985.
41.Bandura A. Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change. Psychol Rev1977;84:191.
42. Lees DG, Fergusson DM, Frampton CM, Merry SN. A pilot study to evaluate the efficacy of adding a structured home visiting intervention to improve outcomes for high-risk families attending the Incredible Years Parent Programme: study protocol for a randomised controlled trial. Trials2014;15:66.

[Downloaded from sjimu.medilam.ac.ir on 2026-11-07]

Effectiveness of Teaching Concepts of Reality Therapy on Parent-Child Conflicts and Self-Efficacy in Male Adolescents

Sohrabnejad S[1], younesi J [1], Dadkhah A[1], Biglarian A[2]*

(Received: January 5, 2015 Accepted: January 31, 2015)

Abstract

Introduction: This study aimed to investigate the efficacy of parent-child conflict and self-concepts of reality therapy on male adolescent in Ilam.

Materials & methods: This study employed an experimental research plan with pre- test and post-test with control group and random assignment. The population of this study consisted of male adolescents in Ilam and statistical sample was first grade students in 2014 of Shahriari and Motahari high school in Ilam, among which 30 individuals were randomly assigned in both intervention and control groups. To measure the dependent variable parent-child conflict and self-efficacy questionnaire was used.

Findings: Multivariate analysis of covariance showed that in the post test scores of parent-child conflict in the subjects of experimental group was significantly reduced compared to the control group.

Discussion & Conclusions: According to the obtained results it can be said that teaching concepts of reality therapy program reduces parent-child conflicts and increases self-efficacy in male children and adolescents and therefore it is suggested that this program be used to reduce parent-child conflicts and increase self-efficacy of male children and adolescents in educational, psychological and nurturing levels besides other programs.

Keywords: Concepts of reality therapy training, Parent-child conflict, Self-efficacy

1. Dept of Family Counseling, Faculty of Clinical Psychology, Social Welfare and Rehabilitation Sciences University, Tehran, Iran
2. Dept of Biostatistics, Faculty of Biostatistics, University of Social Welfare and Rehabilitation Sciences, Tehran, Iran
**Corresponding author Email: Jyounesi@uswr.ac.ir*

[Downloaded from sjimu.medilam.ac.ir on 2026-11-07]