



The effectiveness of academic counseling based on a narrative approach on academic resilience and academic emotions of students with academic failure

Mohammad Amin. Astereki¹, Mahshid. Izadi*², Mozghan. Mardani Rad³ & Mehdi. Zare Bahramabadi⁴

1. PHD student of Counseling Department, Central Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran
2. Assistant Professor of Counseling Department, Central Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran
3. Assistant Professor of Counseling Department, Central Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran
4. Assistant Professor of Consulting Department, Science and Research Unit, Islamic Azad University, Tehran, Iran

ARTICLE INFORMATION

Article type

Original research

Pages: 14-24

Corresponding Author's Info
Email:

dr.izadi.mahshid142@gmail.com

Article history:

Received: 2022/07/30

Revised: 2022/12/20

Accepted: 2023/01/18

Published online: 2023/03/18

Keywords:

academic resilience, students with academic failure, academic counseling based on narrative approach, academic emotions

ABSTRACT

Background and Aim: Students experience different emotions in academic situations. Emotions are always present in educational and clinical environments. Academic resilience also refers to high levels of motivation for progress and performance, despite limited conditions. Therefore, the aim of the present study was to determine the effectiveness of teaching compassion, academic counseling based on a narrative approach, on resilience and academic emotions of students with academic failure. **Methods:** The research method was a semi-experimental type with a pre-test-post-test design with a control group. Using targeted sampling, 30 students from among the students with academic failure from the second grade boys' high schools of the second period of the 12th district of Tehran were determined and randomly placed in the experimental and control groups (15 people in each group). In the pre-test and post-test stages, students responded to the academic excitement questionnaires of Pakran et al. (2002) and the academic resilience questionnaires of Martin and Marsh (2009). The academic counseling protocol based on Pine's (2004) narrative approach was held for the experimental group for 8 sessions. **Results:** The results of covariance analysis showed that academic counseling training based on a narrative approach is effective on academic resilience ($P=0.001$ and $F=19.98$) and academic excitement ($P=0.001$ and $F=34.001$). **Conclusion:** Therefore, according to the results of the research, it is suggested that school counselors use group educational counseling trainings based on a narrative approach to control negative emotions and increase academic resilience.



This work is published under CC BY-NC 4.0 licence.

© 2022 The Authors.

How to Cite This Article:

Astereki, M. A., Izadi, M., Mardani Rad, M., & Zare Bahramabadi, M. (2022). The effectiveness of academic counseling based on a narrative approach on academic resilience and academic emotions of students with academic failure. *Jayps*, 3(3): 14-24.



اثربخشی مشاوره تحصیلی مبتنی بر رویکرد روایتی بر تاب‌آوری تحصیلی و هیجان‌های تحصیلی دانش‌آموزان با افت تحصیلی

محمد امین آسترکی^۱، مهشید ایزدی*^۲، مژگان مردانی‌راد^۳ و مهدی زارع بهمن آبادی^۴

۱. دانشجوی دکتری گروه مشاوره، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران
۲. استادیار گروه مشاوره، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران
۳. استادیار گروه مشاوره، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران
۴. استادیار گروه مشاوره، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

اطلاعات مقاله	چکیده
نوع مقاله: پژوهشی	زمینه و هدف: دانش‌آموزان در موقعیت‌های تحصیلی هیجان‌های مختلفی را تجربه می‌کنند. هیجان‌ها همیشه در محیط‌های آموزشی و بالینی حضور دارند. تاب‌آوری تحصیلی نیز اشاره به سطوح بالای انگیزه پیشرفت و عملکرد، به رغم شرایط محدودیت دارد. براین اساس هدف پژوهش حاضر تعیین اثربخشی آموزش شفقت مشاوره تحصیلی مبتنی بر رویکرد روایتی بر تاب‌آوری و هیجان‌های تحصیلی دانش‌آموزان با افت تحصیلی بود. روش پژوهش: روش پژوهش از نوع نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل بود. با استفاده از نمونه‌گیری هدفمند ۳۰ نفر از بین دانش‌آموزان با افت تحصیلی از دبیرستان‌های پسرانه پایه دوم دوره دوم منطقه ۱۲ شهر تهران، تعیین شدند و به‌صورت تصادفی در گروه‌های آزمایش و گواه (هر گروه ۱۵ نفر) قرار گرفتند. دانش‌آموزان در مرحله پیش‌آزمون، پس‌آزمون به پرسشنامه‌های هیجان تحصیلی پکران و همکاران (۲۰۰۲) و تاب‌آوری تحصیلی مارتین و مارش (۲۰۰۹) پاسخ دادند. پروتکل مشاوره تحصیلی مبتنی بر رویکرد روایتی پابن (۲۰۰۴) برای گروه آزمایش به مدت ۸ جلسه برگزار شد. یافته‌ها: نتایج تحلیل کوواریانس نشان داد آموزش مشاوره تحصیلی مبتنی بر رویکرد روایتی بر تاب‌آوری تحصیلی ($P = 0/001$ و $F = 19/98$) و هیجان تحصیلی ($P = 0/001$ و $F = 34/001$) مؤثر بود. نتیجه‌گیری: بنابراین با توجه به نتایج پژوهش پیشنهاد می‌گردد مشاوران مدارس، از آموزش‌های گروهی مشاوره تحصیلی مبتنی بر رویکرد روایتی جهت کنترل هیجان‌های منفی و افزایش تاب‌آوری تحصیلی استفاده کنند.
صفحات: ۱۴-۲۴	
اطلاعات نویسنده مسئول	
ایمیل: dr.izadi.mahshid142@gmail.com	
سابقه مقاله	
تاریخ دریافت مقاله: ۱۴۰۱/۰۵/۰۸	
تاریخ اصلاح مقاله: ۱۴۰۱/۰۹/۲۹	
تاریخ پذیرش نهایی: ۱۴۰۱/۱۰/۲۸	
تاریخ انتشار: ۱۴۰۱/۱۲/۲۷	
واژگان کلیدی	
تاب‌آوری تحصیلی، دانش‌آموزان با افت تحصیلی، مشاوره تحصیلی مبتنی بر رویکرد روایتی، هیجان‌های تحصیلی	
انتشار این مقاله به‌صورت دسترسی آزاد مطابق با CC BY-NC 4.0 صورت گرفته است.	
تمامی حقوق انتشار این مقاله متعلق به نویسنده است.	



شیوه‌نامه انتشارات به این مقاله

آسترکی، محمد امین، ایزدی، مهشید، مردانی‌راد، مژگان، و زارع بهمن آبادی، مهدی. (۱۴۰۱). اثربخشی مشاوره تحصیلی مبتنی بر رویکرد روایتی بر تاب‌آوری تحصیلی و هیجان‌های تحصیلی دانش‌آموزان با افت تحصیلی. *دوفصلنامه مطالعات روان‌شناختی نوجوان و جوان*، ۳(۳): ۲۴-۱۴

مقدمه

تهدیدآمیز که ناشی از صفات، شرایط و تجارب اولیه است، تعریف شده است (موریسون و آلن، ۲۰۱۶).^۶ مارتین و مارش (۲۰۰۹) تاب‌آوری تحصیلی را به‌عنوان ظرفیت دانش‌آموزان در غلبه بر خطرات حاد و مزمن که به‌عنوان تهدیدهای بزرگ در فرآیند تحصیلی به‌شمار می‌آیند تعریف می‌کنند و آن را در دانش‌آموزانی که با چالش‌ها، شکست‌ها و فشارها روبه‌رو هستند، به‌عنوان بخشی از زندگی تحصیلی‌شان می‌دانند. از سوی دیگر آنان معتقدند که تاب‌آوری تحصیلی تنها محدود به دانش‌آموزان دارای پیشینه و شرایط نامطلوب نیست، بلکه همه دانش‌آموزان در فرآیند تحصیلی خود، سطوحی از عملکرد ضعیف، ناملایمات، چالش‌ها و شکست‌ها را تجربه می‌کنند (مارتین و مارش، ۲۰۰۹).^۷ یکی از عوامل موثر بر میزان تاب‌آوری، می‌تواند روایتی باشد که فرد برای خود بر می‌گزیند و بر مبنای آن زندگی می‌کند. به‌طوریکه بر فعالیت‌ها، انتخاب‌های او تأثیر گذار است. روایت درمانی رویکردی است که به دنبال روایت‌های مشکل‌دار است و در صورتیکه این روایت‌ها عملکرد زندگی فرد را تحت تأثیر قرار دهند به کمک خود فرد آن را تغییر می‌دهد. پس شاید بتوان گفت روایت‌های هر دانش‌آموز روی عملکرد تحصیلی او تأثیرگذار است و با انگیزه بودن و نبودن دانش‌آموز متأثر از روایتی است که برای خود دارد (بونانو، ۲۰۱۴). اثربخشی روایت درمانی بر ارتقاء تاب‌آوری در بزرگسالانی که در دوران کودکی مورد سوء استفاده جنسی قرار گرفته بودند (فرانسیس لوغلین و روسکا، ۲۰۲۰)؛ بر تقویت مهارت‌های مقاومت و بقا در کودکان مدرسه‌ای قربانی جنگ و خشونت (سمخوانی، قمری، پویامنش، ۲۰۲۰) و افزایش تاب‌آوری دختران با خودآسیب زنی بدون قصد خودکشی (تقی پور و همکاران، ۱۴۰۰) نشان داده شده است.

از آنجایی که هدف اصلی روایت درمانی، کمک به مراجعان برای تجدید نظر و اصلاح داستان‌های درونی شده است.

دوران مدرسه یکی از مهم‌ترین سال‌های تحصیلی است چراکه عادت به درس خواندن و تقویت پایه‌های درسی در این دوران شکل می‌گیرند. با انتخاب صحیح، می‌توان آینده تحصیلی و شغلی درخشانی را برای خود رقم زد. بهترین راه حل برای داشتن انتخاب تحصیلی صحیح، شناخت استعدادها، علایق و پتانسیل‌های خود و همچنین بررسی آینده تحصیلی و شغلی پیش رو است. پس تصمیم آگاهانه و منطقی رمز موفقیت می‌باشد. برای داشتن چنین انتخابی استفاده از خدمات مشاوره تحصیلی تلفنی و حضوری بهترین راه حل است (دشتی پور، ۱۳۹۵).

مشاوره تحصیلی^۱ به دانش‌آموزان در شناخت توانایی‌ها، استعدادها و شیوه یادگیری، برنامه‌ریزی، انتخاب رشته تحصیلی و حل مشکلات آموزشی و انضباطی کمک می‌کند، تا بدین ترتیب آنان بتوانند توانایی‌های خود را شکوفا سازند، از امکانات موجود استفاده بهینه بنمایند، مشکلات تحصیلی خود را حل کنند و با محیط آموزشی سازگار شوند (نامدار و همکاران، ۱۳۹۹).

روایت درمانی^۲ فرآیند کمک به افراد برای فائق آمدن بر مشکلات از راه درگیر شدن در گفتگو درمانی می‌باشد (پین، ۱۳۹۵). این روند درمانی بر برونی‌سازی مشکل از فرد تأکید دارد و آنها را به عنوان بخش‌های جدا از افراد می‌بیند (رایان، ادوایر و لیهی، ۲۰۱۵).^۳ روایت‌شکلی از گفتگو است که رویدادها را در طول زمان به هم وصل می‌کند و بنابراین می‌تواند ابعاد هیجانی وجود انسان را نشان دهد. این گفتگوها می‌تواند شامل بیرونی‌سازی مشکل، استخراج پیامدها، پررنگ کردن نقشه‌های تازه و اتصال آن به گذشته باشد (پروچسکا و نورکراس، ترجمه سید محمدی، ۱۳۹۹). روایت درمانی وایت و اپسون (۱۹۸۵)، یکی از پرکاربردترین انواع روایت درمانی است (شارف، ۲۰۱۵).^۴

در بافت تحصیلی، تاب‌آوری تحصیلی^۵ به‌عنوان احتمال بالای موفقیت در مدرسه باوجود شرایط چالش‌برانگیز و

6 Morrison & Allen
7 Martin & Marsh
8 Bonanno
9 Francis Laughlin & Rusca

1 academic counseling
2 narrative therapy
3 Ryan, O'dwyer & Leahy
4 Sharf
5 academic resilience

نازل تحصیلی و یا کسب محفوظات به جای معلومات ظاهر می‌گردد، تعریف شده است (هارت و آلباراسین^۸، ۲۰۱۲). لذا به نظر می‌رسد انجام مداخلات آموزشی در جهت تغییر مقوله‌های شناختی می‌تواند به طریقی در کاهش هیجان‌های منفی، افزایش هیجان‌های مثبت و تاب‌آوری مفید واقع گردد و بررسی شیوه‌های مداخلاتی ضروری به نظر می‌رسد. با توجه به آنچه گفته شد در این پژوهش قصد بر آن است که اثربخشی مشاوره تحصیلی مبتنی بر رویکرد روایتی بر تاب‌آوری و هیجان‌های تحصیلی دانش‌آموزان با افت تحصیلی پرداخته شود. و در پی پاسخگویی به این سوال است که آیا مشاوره تحصیلی مبتنی بر رویکرد روایتی بر تاب‌آوری تحصیلی و هیجان‌های تحصیلی دانش‌آموزان با افت تحصیلی تاثیر دارد؟

روش پژوهش

پژوهش حاضر از نوع نیمه تجربی با طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه گواه بود. جامعه آماری این پژوهش کلیه دانش‌آموزان دبیرستان‌های پسرانه منطقه ۱۲ شهر تهران پایه دوم دوره دوم، در سال تحصیلی ۱۳۹۹-۱۴۰۰ بود. از میان کلیه دانش‌آموزان، آنهایی را که دارای افت تحصیلی بودند یعنی دانش‌آموزانی که در یک سال گذشته، مردود شده باشند یا در برخی دروس تجدید شده باشند و یا ترک تحصیل کرده باشند و یا کاهش نمرات در یک یا چند درس نسبت به نیم سال یا سال گذشته داشته‌اند، به صورت هدفمند انتخاب شده، سپس این دانش‌آموزان به صورت تصادفی در دو گروه ۱۵ نفره شامل گروه مشاوره با رویکرد روایتی و گروه کنترل، چینی شد. معیار ورود به پژوهش: ۱- افت عملکرد تحصیلی (نداشتن نمره حد نصاب قبولی در پایه آموزشی یا کاهش نمرات در یک یا چند درس) ۲- عدم دریافت برنامه درمانی یا آموزشی دیگر در جهت بهبود عملکرد تحصیلی ۳- عدم ابتلا به

این فرآیند سبب می‌شود تا مراجعان احساس کنند که قادر به پیش‌بینی و کنترل زندگی خود هستند (فیرکلوث^۱، ۲۰۱۱). به نظر می‌رسد روایت درمانی بر هیجان تحصیلی^۲ دانش‌آموزان تاثیر داشته باشد. هیجان‌ها همیشه در محیط‌های آکادمیک حضور دارند (آرتینو^۳ و همکاران، ۲۰۱۲). هیجان به عنوان یک حالت ذهنی مفهوم سازی شده است که با واکنش‌های فیزیولوژیکی و پاسخ‌های ارزیابانه به برخی از اعمال، شرایط یا حوادث همراه است و یا به عنوان واکنش‌های ارزیابانه کلی به تجارب یادگیری و آموزش، مطالبات پیشرفت، پیامدها و بازخورد دیده می‌شود (کوکوردا^۴، ۲۰۱۶) یکی از تعیین‌کننده‌های مهم پیشرفت تحصیلی و پیامدهای مرتبط با آن، میزانی است که دانش‌آموزان احساس کنند به لحاظ هیجانی درگیر مدرسه شده‌اند (وانگ و دیشیون^۵، ۲۰۱۲). پژوهش گودکیس و لاو^۶ (۲۰۱۷) نشان داد روایت درمانی بر تقویت و پرورش داستان‌های جدید و کارآمد زندگی توسط نوجوانان تاثیر دارد. همچنین پژوهش تقی پور و همکاران (۱۴۰۱) روایت درمانی با تاکید بر لحظات نوآور، بر بهبود تنظیم شناختی هیجان تاثیر معنادار داشت

مساله افت تحصیلی^۷ یکی از قدیمی‌ترین و شناخته شده ترین مشکلات آموزشی به شمار می‌رود. این موضوع در تمام کشورها اعم از پیشرفته صنعتی و یا در حال رشد مطرح و در تمام زمانها، به نحو خاص خود بروز کرده است. از افت تحصیلی تعاریف گوناگونی ارائه شده است. در برخی مطالعات افت را به معنی هرگونه اختلالی که در روند تحصیل دانش‌آموز پدید می‌آید، یا مفهومی که مقصود از آن کاهش عملکرد دانش‌آموز از سطح رضایت‌بخش به سطح نامطلوب است و یا معضلی که در غالب جنبه‌های مختلف چون غیبت مکرر از مدرسه، ترک تحصیل قبل از موعد مقرر، تکرار پایه تحصیلی، کیفیت

5 Wang & Dishion
6 Goodcase & Love
7 academic failure
8 Hart, Albarracin

1 Faircloth
2 academic emotions
3 Artino
4 Cocorada

مشکلان جسمی، رفتاری شناختی و ذهنی ۴- جهت شرکت در فرایند پژوهش رضایت کامل داشته باشند. معیار خروج از پژوهش: ۱- غیبت بیش از سه جلسه در طرح درمان ۲- تحت درمان دارویی جهت سایر مشکلات جسمانی و روانشناختی ۳- شرکت در برنامه‌های درمانی منجر به لطمه زدن به سایر دروس نوجوان باشد ۴- دانش آموز (یا ولی کودک) جهت شرکت در فرایند پژوهش رضایت کامل نداشته باشند. برنامه پروتکل آموزشی روایت درمانی برگرفته از الگوی پابن (۲۰۰۴) بود. این الگو شامل مواردی است از جمله: افراد داستان زندگی خود را می‌گویند. مشکل به وسیله مراجع و درمانگر نام گذاری می‌شود. زبان برون سازی مورد استفاده قرار می‌گیرد. مسائل فرهنگی و اجتماعی در نظر گرفته می‌شود. پرسش‌های تاثیرگذار و مرتبط به کار گرفته می‌شود. از مراجع برای اتخاذ موقعیت نسبت به مشکل دعوت می‌شود. از مستندات درمانی (نام، خاطره و...) استفاده شده و نیز به یادآوری اشخاص تاثیرگذار زندگی اش در گذشته کمک می‌شود. بازگویی مجدد داستان و غنی سازی آن صورت می‌گیرد. خلاصه‌ای از شرح جلسات روایت درمانی در جدول زیر ارائه شده است. مدت زمان هر یک از جلسات ۹۰ دقیقه می‌باشد.

۲. پرسشنامه هیجان تحصیلی: در پژوهش حاضر از پرسشنامه هیجان تحصیلی پکران و همکاران (۲۰۰۲)، استفاده شد. این ابزار دارای ۷۵ گویه است و دو بعد هیجان تحصیلی مثبت (۲۲ گویه) و هیجان تحصیلی منفی (۵۳ گویه) است. بعد هیجان‌های تحصیلی مثبت دارای مولفه لذت، امیدواری، غرور و بعد هیجان‌های تحصیلی منفی دارای پنج مولفه خشم (۹ گویه)، اضطراب (۱۱ گویه)، شرم (۱۱ گویه)، ناامیدی (۱۱ گویه) و خستگی (۱۱ گویه) می‌باشد. گویه‌های این ابزار با استفاده از مقیاس پنج درجه‌ای لیکرت (۱ = کاملاً مخالفم تا ۵ = کاملاً موافقم) نمره گذاری می‌شوند. نمره هر بعد یا مولفه یا مجموع نمره گویه‌های سازنده آن به دست می‌آید و هرچه نمره آزمودنی بیشتر باشد به میزان بیشتری دارای آن ویژگی است. پکران و همکاران (۲۰۰۲)، روایی صوری و محتوایی ابزار را تایید و پایایی ابعاد و مولفه‌های پرسشنامه را در پژوهش‌های مختلف با روش آلفای کرونباخ بین ۰/۷۴ تا ۰/۸۶ گزارش کردند. همچنین زارع (۱۳۹۲)، پایایی ابعاد هیجان‌های تحصیلی مثبت و هیجان‌های تحصیلی منفی را با روش آلفای کرونباخ به ترتیب ۰/۸۹ و ۰/۹۳ گزارش کرد.

۳. پرسشنامه نشخوار ذهنی: این پرسشنامه توسط نالن-هوکسما و مورو در سال ۱۹۹۰ ساخته شد. مقیاس پاسخ‌های نشخوار ذهنی ۲۲ آیتم دارد که از پاسخ‌دهندگان خواسته می‌شود هر کدام را در مقیاسی درجه‌بندی کنند. طریقه نمره‌گذاری این مقیاس بر

مشکلان جسمی، رفتاری شناختی و ذهنی ۴- جهت شرکت در فرایند پژوهش رضایت کامل داشته باشند. معیار خروج از پژوهش: ۱- غیبت بیش از سه جلسه در طرح درمان ۲- تحت درمان دارویی جهت سایر مشکلات جسمانی و روانشناختی ۳- شرکت در برنامه‌های درمانی منجر به لطمه زدن به سایر دروس نوجوان باشد ۴- دانش آموز (یا ولی کودک) جهت شرکت در فرایند پژوهش رضایت کامل نداشته باشند. برنامه پروتکل آموزشی روایت درمانی برگرفته از الگوی پابن (۲۰۰۴) بود. این الگو شامل مواردی است از جمله: افراد داستان زندگی خود را می‌گویند. مشکل به وسیله مراجع و درمانگر نام گذاری می‌شود. زبان برون سازی مورد استفاده قرار می‌گیرد. مسائل فرهنگی و اجتماعی در نظر گرفته می‌شود. پرسش‌های تاثیرگذار و مرتبط به کار گرفته می‌شود. از مراجع برای اتخاذ موقعیت نسبت به مشکل دعوت می‌شود. از مستندات درمانی (نام، خاطره و...) استفاده شده و نیز به یادآوری اشخاص تاثیرگذار زندگی اش در گذشته کمک می‌شود. بازگویی مجدد داستان و غنی سازی آن صورت می‌گیرد. خلاصه‌ای از شرح جلسات روایت درمانی در جدول زیر ارائه شده است. مدت زمان هر یک از جلسات ۹۰ دقیقه می‌باشد.

ابزار پژوهش

۱. پرسشنامه تاب‌آوری تحصیلی: در پژوهش حاضر از پرسشنامه تاب‌آوری تحصیلی مارتین و مارش (۲۰۰۳)، استفاده شد که دارای ۶ پرسش است و از طریق طیف لیکرت ۷ تایی از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۷) نمره گذاری می‌شود. هدف از طراحی این پرسشنامه دستیابی به سنج‌های از میزان تاب‌آوری تحصیلی در دانش‌آموزان می‌باشد. پایایی این پرسشنامه به وسیله آلفای کرونباخ ۰/۸۹ و همبستگی آن با متغیرهای اضطراب، خودباوری، تصمیم‌گیری، مدیریت مطالعه و اجتناب از شکست در سطح ۰/۰۱ معنادار به دست آمده است (مارتین و مارش،

1. Rumination questionnaire

باقری نژاد، صالحی فدردی و طباطبائی به فارسی ترجمه و روایی یابی شده است. رابطه بین نمرات این پرسشنامه و نمرات افسردگی و اضطراب در نمونه‌ای از دانشجویان ایرانی ۰/۶۳ به دست آمد. ضریب اعتبار آلفای کرونباخ این مقیاس در مطالعه تیموری و همکاران ۰/۸۸ گزارش شده است (صالحی، ۲۰۱۸).

اساس طیف لیکرت چهار گزینه‌ای است. بازه نمره‌های این مقیاس بین صفر الی ۶۶ است. بر پایه شواهد تجربی، این مقیاس اعتبار بالایی دارند. ضریب آلفای کرونباخ در دامنه‌ای از ۰/۸۸ تا ۰/۹۲ قرار دارد. پژوهش‌های مختلفی نشان داده‌اند که همبستگی بازآزمایی برای پاسخ‌های مقیاس نشخوار ذهنی ۰/۶۷ است. این پرسشنامه توسط

جدول ۱. برنامه جلسه‌ای روایت درمانی

جلسات	عنوان جلسه
اول	جلسه مقدماتی: آشنایی اعضا با یکدیگر- بیان قواعد- تبیین مدل درمانی مورد نظر- تشویق اعضا برای شرح روایت‌های خود- اجرای پیش آزمون
دوم	موضوع داستان زندگی: برونی سازی- بررسی روایت‌های غالب- مشخص سازی داستان اشباع از مشکل- بررسی نفوذ مشکل بر فرد و بالعکس- چگونگی ساخت داستان‌ها
سوم	رویدادهای مهم زندگی: دستیابی به اصول حاکم بر داستان گویی افراد- یافتن تجارب اوج، افت- دیدن داستان از منظری دیگر.
چهارم	موضوع ساخت شکنی: نام گذاری مسکله- ساخت شکنی (از قدرت انداختن مشکل)- فن باز معنایی
پنجم	موضوع ابتکارات: چالش کشیدن اعضا- تعیین عوامل مثبت و منفی موثر در داستان‌ها- بررسی چالش‌های بزرگ زندگی- دستیابی به داستان‌های سایه‌ای اراد.
ششم	موضوع پیامدهای بی همتا: بررسی پیامهای منحصر به فرد- به کارگیری عناصر جدید در روایت- بررسی اولویت‌ها، آرزوها، اهداف و افراد مهم زندگی- تغییر چهارچوب زندگی فرد.
هفتم	موضوع بازسازی و بازگویی روایت زندگی: تکیه بر نقاط قوت آزمودنی‌ها- تحلیل ارتباط روایت جدید زندگی فرد- جریان بخشیدن به روایت جدید- نقطه بحرانی.
هشتم	موضوع بازنویسی داستان زندگی: بررسی داستان تازه افراد- پیش بینی مشکلات احتمالی- ویرایش نهایی روایت جدید- ایفای نقش در داستان جدید زندگی خود- اجرای پس آزمون

واریانس و تحلیل تحلیل کوواریانس چند متغیره و تک متغیره) تحلیل شدند.

یافته‌ها

میانگین و انحراف استاندارد معدل کل گروه آزمایش برابر با ۱۳/۲۳ (۲/۷۳) و گروه کنترل ۱۲/۹۴ (۲/۶۵) بود. در ادامه ویژگی‌های جمعیت شناختی گروه نمونه در جدول ۱ به طور کامل ارائه شده است.

روش اجرای پژوهش

داده‌های حاصل از تکمیل پرسشنامه‌های پژوهش در بین دو گروه کنترل و آزمایش در دو مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون جمع‌آوری شدند؛ این داده‌ها در دو بخش آمار توصیفی شامل فراوانی، میانگین و انحراف استاندارد و نیز آمار استنباطی (شامل پیش‌فرض‌های اساسی مثل کولموگروف- اسمیرنوف، آزمون M باکس، آزمون همگنی

جدول ۱. توصیف ویژگی‌های جمعیت شناختی در دو گروه کنترل و آزمایش			
رشته تحصیلی	فرایندی	کنترل	آزمایش
ریاضی	فراوانی	۵	۶
	درصد	۳۳/۳۳	۴۰
تجربی	فراوانی	۴	۳
	درصد	۲۶/۶۷	۲۰
انسانی	فراوانی	۶	۶
	درصد	۴۰	۴۰
معدل کل	میانگین	۱۳/۲۳	۱۲/۹۴
	انحراف استاندارد	۲/۷۳	۲/۶۵
ترتیب تولد	اولین فرزند	۳	۴
	درصد	۲۰	۲۶/۶۷
	دومین فرزند	۵	۶
	درصد	۳۳/۳۳	۴۰
	سومین فرزند	۷	۵
	درصد	۴۶/۶۷	۳۳/۳۳

تجربی با ۲۰ درصد در گروه آزمایش مشاهده می‌شود؛ همچنین در گروه کنترل سومین فرزند بودن و در گروه آزمایش دومین فرزند بودن فراوانی بیشتری دارد؛ ادامه میانگین و انحراف معیار برای کلیه متغیرهای مورد مطالعه در این پژوهش در جدول ۲ ارائه شده است.

با توجه به نتایج جدول فوق بنظر می‌رسد بیشترین فراوانی در رشته تحصیلی انسانی با ۴۰ درصد و کمترین رشته مربوط به رشته تحصیلی تجربی با ۲۶/۶۷ درصد در گروه کنترل و بیشترین درصد در رشته تحصیلی انسانی با ۴۰ درصد و کمترین مربوط به رشته تحصیلی

جدول ۲. شاخص‌های مرکزی و پراکندگی نمرات متغیرهای پژوهش در دو گروه آزمایش و گواه			
متغیر	گروه	میانگین	انحراف معیار
تاب‌آوری تحصیلی	کنترل	۱۱۵/۲۰	۲۲/۷۲
	پیش‌آزمون	۱۱۶/۸۳	۲۲/۱۰
	پس‌آزمون	۱۱۴/۹۳	۲/۷۱
هیجان تحصیلی	کنترل	۱۱۵/۴۳	۲۰/۱۷
	پیش‌آزمون	۱۱۷/۹۰	۴/۶۳
	پس‌آزمون	۱۱۶/۱۰	۷/۱۳
	پس‌آزمون	۱۱۶/۳۴	۱۲/۱۲

کولموگروف-اسمیرنف، آزمونهای M باکس و لوین بررسی شد. جهت نرمال بودن توزیع داده‌ها از آزمون کولموگروف-اسمیرنف استفاده گردید. نتایج این آزمون نشان می‌دهد که توزیع نمرات متغیرهای وابسته در پیش‌آزمون- پس‌آزمون نرمال است و داده‌ها از توزیع

برای بررسی معناداری تفاوت بین نمره هیجان و تاب‌آوری تحصیلی در دو گروه مشاوره تحصیلی مبتنی بر رویکرد روایتی و گروه گواه، از تحلیل کواریانس چند متغیره استفاده شد. قبل از انجام آزمون تحلیل کوواریانس، جهت رعایت پیش‌فرضها، نتایج

در آزمون لوین نشان دهد که شرط برابری واریانسهای بین گروهی رعایت شده و میزان واریانس خطای متغیر وابسته در تمام گروهها مساوی بوده است.

نرمال برخوردار هستند ($p > 0.05$). از آنجایی که آزمون M باکس برای هیچ یک از متغیرهای پژوهش معنادار نبود ($df1 = 28$; Box's M = 1/15)؛ $p < 0.05$ همچنین عدم معناداری هیچ یک از متغیرها

جدول ۳. نتایج حاصل از تحلیل کوواریانس مانکوا بر روی نمره‌های پس آزمون

آزمون	اثر	F	درجه آزادی	درجه آزادی	سطح معناداری
			خطا	فرضیه	
اثر پیلایی	۰.۹۶۳	۹.۲۹	۱	۳	۰.۰۰۱
لامبدای ویلکز	۰.۰۳۹	۹.۲۹	۱	۳	۰.۰۰۱
اثر هتلینگ	۱۰.۰۸۹	۹.۲۹	۱	۳	۰.۰۰۱
بزرگترین ریشه روی	۱۰.۰۸۹	۹.۲۹	۱	۳	۰.۰۰۱

هیجان تحصیلی) از متغیر مستقل (مشاوره تحصیلی مبتنی بر رویکرد روایتی) تأثیر پذیرفته است (مرحله پس آزمون). بنابراین مشاوره تحصیلی مبتنی بر رویکرد روایتی بر مؤلفه‌های تاب‌آوری تحصیلی و هیجان تحصیلی دانش آموزان با افت تحصیلی تأثیر گذاشته است.

همان طور که نتایج نشان می‌دهد مقدار F معنی دار بوده است ($P < 0.05$) که به معنای وجود تفاوت بین دو گروه کنترل و آزمایش است. بدین ترتیب فرض صفر آماری رد و مشخص می‌گردد که ترکیب خطی متغیرهای پژوهش پس از تعدیل تفاوت‌های متغیرهای همپراش (پیش آزمون مؤلفه‌های تاب‌آوری تحصیلی و

جدول ۴. نتایج تحلیل کوواریانس (آنکوا) برای بررسی تفاوت معنادار بین دو گروه آزمایش و کنترل در متغیر تاب‌آوری تحصیلی و هیجان تحصیلی

متغیر	مجموع مربعات	میانگین مربعات	درجه آزادی	F	سطح معناداری
تاب‌آوری	۲۷۸.۰۹	۲۷۸.۰۹	۱	۲۷.۰۹۸	۰.۰۰۱
پیش آزمون	۱۰۹.۰۸۹	۱۰۹.۰۸۹	۱	۱۹.۹۸	۰.۰۰۱
هیجان تحصیلی	۱۷۸.۵۶	۶.۶۱۳	۲۷	۳۸.۰۵۹	۰.۰۰۱
گروه	۲۸۶.۱۰۱	۲۶۸.۱۰۱	۱	۳۴.۰۰۱	۰.۰۰۱
خطا	۱۸۹.۴۰۰	۷.۲۱۵	۲۷		

مشاهده می‌شود ($P = 0.001$ و $F = 34/001$). به عبارت دیگر، متغیر مستقل (برنامه آموزشی مشاوره تحصیلی مبتنی بر روایت درمانی) بر متغیر وابسته (هیجان تحصیلی) دانش آموزان با افت تحصیلی مورد تحقیق موثر بوده است.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر تعیین اثربخشی مشاوره تحصیلی مبتنی بر رویکرد روایتی بر تاب‌آوری تحصیلی و هیجان‌های تحصیلی دانش‌آموزان با افت تحصیلی بود.

مطابق با یافته‌های حاصله از جدول ۴، مشاهده می‌گردد با کنترل پیش آزمون، گروه آزمایش و گواه از لحاظ تاب‌آوری تحصیلی تفاوت معناداری مشاهده می‌شود ($P = 0.001$ و $F = 19/98$). به عبارت دیگر، متغیر مستقل (برنامه آموزشی مشاوره تحصیلی مبتنی بر روایت درمانی) بر متغیر وابسته (تاب‌آوری تحصیلی) دانش آموزان با افت تحصیلی مورد تحقیق موثر بوده است. همچنین مشاهده می‌گردد با کنترل پیش آزمون، گروه آزمایش و گواه از لحاظ هیجان تحصیلی تفاوت معناداری

می‌شود. علاوه بر این، کارکرد صرف گزارش در ماندگی‌های هیجانی در قالب کلمات، سلامت روانی و فیزیکی را افزایش می‌دهد (تقی پور و همکاران، ۱۴۰۰). اشخاص می‌توانند با استفاده از زبان در روایت درمانی نسبت به هیجانهایشان آگاهی و فهم و پذیرش ایجاد کنند. همین آگاهی و توانش پذیرش هیجانها به انجام رفتارهای هدفمند و بازداری رفتارهای تکانشی در زمان تجربه هیجانهای منفی و به کار بردن راهبردهای انعطاف پذیر و تعدیل شدت رفتارها یا تاخیر پاسخهای هیجانی منجر می‌شود (دولمان، ۲۰۲۰).

همچنین روایت درمانی این امکان را برای شخص فراهم می‌کند تا براساس دیدگاه تازه و عاری از مشکل، به توصیف خویش و روابط خود بپردازد. فرد با اتخاذ این دیدگاه تازه می‌تواند واقعیات مربوط به خود را ببیند. در حالی که وقتی توجهات سرشار از مشکل را برای زندگی خود داشت، نمی‌توانست آن‌ها درک کند (گلدنبرگ، ۲۰۱۲). لذا با استفاده از مشاوره تحصیلی مبتنی بر روایت درمانی با تمرکز تغییر بر روی شخص و معنادهی جدید به تجارب باعث کنترل هیجانات منفی و کاهش نشخوار فکری افراد می‌شود. به عبارتی آموزش گروهی به روش روایت درمانی به دانش‌آموزان این امکان را ایجاد کرد تا از هیجانهای تحصیلی تنش‌زا (خشم نسبت به یادگیری، اضطراب، ناامیدی، شرم و خستگی) رها شوند. این پژوهش دارای محدودیتهایی است که از جمله آن‌ها می‌توان به موارد زیر اشاره کرد. در این پژوهش، از روش نمونه‌گیری هدفمند استفاده شده و در میان دانش‌آموزان دارای افت تحصیلی انجام شده است؛ بنابراین در تعمیم دادن نتایج پژوهش به سایر دانش‌آموزان باید جانب احتیاط را رعایت کرد. استفاده از ابزار خودگزارشی از دیگر محدودیت‌های پژوهش حاضر بود. با توجه به نتایج به‌دست‌آمده از پژوهش پیشنهاد می‌شود مشاوران مدارس، از آموزش‌های گروهی مشاوره تحصیلی مبتنی بر رویکرد روایتی به‌منظور اصلاح نگرشها جهت کاهش هیجان‌های تحصیلی منفی و افزایش تاب‌آوری در دانش‌آموزان استفاده کنند.

تشکر و قدردانی

نتایج پژوهش حاضر نشان داد مشاوره تحصیلی مبتنی بر رویکرد روایتی بر تاب‌آوری دانش‌آموزان با افت تحصیلی تاثیر داشته است. این یافته با نتایج پژوهش‌های فرانسویس لوغلین و روسکا (۲۰۲۰) و سمخوانی، قمری، پویامنش (۲۰۲۰) و تقی پور و همکاران (۱۴۰۰) همخوانی داشت. یکی از ویژگیهای نوجوانان با تاب‌آوری پایین این است که نمیتوانند مشکل را از هویتشان جدا کنند و حتی ممکن است خود و مشکلاتشان را با یک نام بخوانند. در فرآیند روایت درمانی، مشکلات به عنوان مسائلی که باید حل شوند، تلقی نمی‌شوند، بلکه به عنوان بخشی از یک داستان یا روایت مورد توجه قرار می‌گیرند. همین فرآیند بازنویسی مجدد یا بازمفهوم‌سازی روایت زندگی، افراد را قادر می‌سازند تا مشکلات خود را بیرونی کنند و در قبال آنها منفعل نباشد (کیلگور، تیلور، کلونان، دایلی، ۲۰۲۰). روایت درمانی با بیرونی کردن مشکل، این ظرفیت را دارد که به افراد کمک کند تا خود را در برابر حوادث و مشکلات تنش‌زای زندگی، منفعل تلقی نکنند و این حالت زمانی قابل دسترسی است که بتوان خود را از مشکل جدا دانست. اگر روایت درمانی تنها یک شعار داشته باشد، آن عبارت خواهد بود از: شخص هرگز مشکل نیست، بلکه مشکل، مشکل است (تقی پور و همکاران، ۱۴۰۰). با چنین روندی مشاوره تحصیلی مبتنی بر روایت درمانی سبب می‌شود دانش‌آموزان در موقعیت تنش‌زای تحصیلی از طریق افزایش تاب‌آوری، بهتر بتوانند بر مشکلاتشان فائق آیند. همچنین نتایج پژوهش حاضر نشان داد مشاوره تحصیلی مبتنی بر رویکرد روایتی بر هیجان تحصیلی دانش‌آموزان با افت تحصیلی تاثیر داشته است. این یافته با نتایج پژوهش‌های گودکیس و لائو (۲۰۱۷) و تقی پور و همکاران (۱۴۰۱) همخوانی داشت. روایت درمانی از طریق ایجاد یک شرایط محیطی مساعد، در پی ساخت دادن به تجارب افراد است. زمانی که یک تجربه، ساختار می‌یابد، پیامدهای هیجانی ناشی از آن بیشتر قابل کنترل خواهند شد. چیزهایی که باعث ناراحتی می‌شود، فقط حوادث آسیب‌زا نیستند که فرد به آنها نسبت می‌دهد، لذا ساخت دادن به آنها و بیان تصاویر و هیجانات در قالب کلمات روشن، چگونگی فکر کردن به حوادث آسیب‌زا را تغییر می‌دهد که در نهایت به حذف تدریجی افکار مخمل منجر

- Artino, A., Holmboe, S., Durning, S., (2012), Control value theory: Using achievement emotions to improve understanding of motivation, learning, & performance in medical education: AMEE Guide No. 64. Medical teacher, 34(3):e148-e60.
- Bonanno, G., A., (2014). Loss, trauma, and human resilience. American Psychologist, 59, 20-28 .
- Cocorada, E., (2016), Achievement emotions and performance among university students. Bulletin of the Transilvania University of Brasov Series VII: Social Sciences Law, 9(2):119-28.
- Dolman, C. (2020). Some useful narrative therapy practices for responding to people seeking psychological assistance. International Journal of Narrative Therapy & Community Work, (1), 76.
- Faircloth, G., A., (2011). Qualitative Study/Counter-Story Telling: A Counter-Narrative of Literacy Education for African American Males. (Dissertation). University of Miami.
- Francis Laughlin, C., & Rusca, K. A. (2020). Strengthening vicarious resilience in adult survivors of childhood sexual abuse: A narrative approach to couples therapy. The Family Journal, 28(1), 15 -24.
- Goldenberg, H., & Goldenberg, I. (2012). Family therapy: An overview.
- Goodcase, E. T., & Love, H. A. (2017). From despair to integrity: Using narrative therapy for older individuals in Erikson's last stage of identity development. Clinical Social Work Journal, 45(4), 354 -363.
- Hart, W., Albarracin, D., (2012). The effect of chronic achievement motivation and achievement primes on the activation of achievement and fun goals. Journal of Personality and Social Psychology, 97(6): 1129-1141.
- Killgore, W. D., Taylor, E. C., Cloonan, S. A., & Dailey, N. S. (2020). Psychological resilience during the COVID -19 lockdown. Psychiatry research, 291, 113216
- Martin, A. J., & Marsh, H. W. (2009). Academic resilience and academic buoyancy: Multidimensional and hierarchical conceptual framing of causes, correlates and cognate constructs. Oxford Review of Education, 35(3), 353-370.
- Morrison, G. M., & Allen, M. R. (2016). Promoting student resilience in school contexts. Theory into Practice, 46(2), 162-16
- Ryan, F. O'dwyer, M. & Leahy, M. M. (2015). Separating the problem and the person: Insights

پژوهشگران مراتب قدردانی و تشکر خود را از کلیه شرکت کنندگان این پژوهش که با استقبال و بردباری، در روند استخراج نتایج همکاری نمودند، اعلام می‌دارند.

تعارض منافع

نویسندگان این مطالعه هیچ‌گونه تعارض منافی در انجام و نگارش آن ندارند.

منابع

- نامدار، امیر؛ کریمی، سارا؛ ضیایی، گیتی و عباسی، نازنین زهرا. (۱۳۹۹). تأثیر آموزش مشاوره تحصیلی گروهی بر احساس تعلق به مدرسه و اشتیاق تحصیلی دانش آموزان. رویش روان شناسی، ۷(۹)، ۷۷-۸۴.
- پروچاسکا، جیمز. ا.، و نورکراس، جان. سی. (۱۳۹۹). نظریه‌های روان درمانی: نظام‌های روان‌درمانی (تحلیل فرانتزری)، (ترجمه: سیدمحمدی، یحیی). تهران: روان.
- پین، مارتین. (۲۰۰۶). روایت درمانی جهت آشنایی متخصصان مشاوره و روان‌درمانی. مترجم اسماعیلی نسب با همکاری پناهی (۱۳۹۵). تهران: رشد.
- تقی پور، امین؛ قمری کیوی، حسین؛ رضایی شریف، علی و شیخ الاسلامی، علی. (۱۴۰۱). اثربخشی روایت درمانی با تاکید بر لحظات نوآور بر تنظیم هیجان دختران دچار خودآسیب‌زنی با قصد خودکشی. فرهنگ مشاوره و روان درمانی.
- تقی پور، امین؛ قمری گیوی، حسین؛ شیخ الاسلامی، علی و رضایی شریف، علی. (۱۴۰۰). اثربخشی روایت درمانی با تاکید بر لحظات نوآور بر تاب‌آوری دختران با خودآسیب زنی بدون قصد خودکشی. رویش روانشناسی، ۱۰(۹)، ۴۵-۵۶
- دشتی پور، م. (۱۳۹۵). اثربخشی درمان شناختی رفتاری بر افزایش تاب‌آوری و اصلاح نگرش‌های ناکارآمد دختران نوجوان دارای مادران مستبد، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبایی.
- زارع، حسین. (۱۳۹۲). مدل علی پیش بینی پیشرفت تحصیلی دانشجویان آموزش مجازی، نقش باورهای هوشی، اهداف پیشرفت و هیجان‌های تحصیلی، فصلنامه پژوهش در یادگیری آموزشگاهی و مجازی، ۱(۳)، ۱۸-۹.
- سپاه منصور، مژگان؛ براتی، زهرا و بهزادی، ساره. (۱۳۹۵). مدل تاب‌آوری تحصیلی بر اساس شایستگی تحصیلی و رابطه معلم-شاگرد. فصلنامه علمی - پژوهشی روشها و مدل‌های روانشناختی، ۷(۲۵)، ۲۵-۴۴

- Behavior Therapy on Resilience of Women with Breast Surgery Experience
- Wang, M.-T., & Dishion, T. J. (2012). The trajectories of adolescents' perceptions of school climate, deviant peer affiliation, and behavioral problems during the middle school years. *Journal of Research on Adolescence*, 22, 40–53
- from narrative therapy with people who stutter. *Topics in Language Disorders*, 35(3), 267-274.
- Sharf, S., (2015), *Applying career development theory to counseling* (6th Ed), Pacific Grove, CA: Brook/Cole .
- Smkhani, A. H., Ghamari, M., & Pouyamanesh, J. (2020). A Comparative Study on Effectiveness of Narrative Therapy and Rational Emotional

